

༡༡། །རྩོགས་པ་ཆེན་པོ་སྒོར་ཆེན་སྒྲིང་ཐིག་གི་གདོན་

མའི་མགོན་པོའི་ལམ་གྱི་རིམ་པ་བྲིད་

ཡིག་ཡེ་ཤེས་བླ་མ་ཞེས་

བྱ་བ་བཀྲུགས་སོ། །



གསེར་ཐང་བླ་རུང་ལྷ་རིག་ནང་བསྟན་སྒྲོབ་གྲིང་།



དཀར་ཆག

༡༡༡། །རྩོམ་པ་ཆེན་པོ་གྲོང་ཆེན་སྤྱི་ཉེན་གྱི་གདོད་མའི་མགོན་པོའི་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་བྲིད་ཡིག་ལེ་ཤེས་	
སྒྲུ་མ།.....	༡
དང་པོ།> མཆོད་བཟློད།.....	༡
གཉིས་པ།> རྩོམ་པར་དམ་བཅའ་བ།.....	༡
གསུམ་པ།> གཞུང་དོན་དངོས།.....	༡
དང་པོ།> དབང་རྩོན་རྒྱའི་སྒྲིབས་ཅན་ཆེའི་འདི་ཉིད་ལ་གདོད་མའི་གཞི་དབྱིངས་སྒྱུར་བ་ལ་གཉིས།.....	༡
དང་པོ།> སྒྲིབ་གསུམ་གྱི་སྒྲུང་བྲིད་འབྲུང་བཞི་ནལ་འབྱུང་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ།.....	༡
གཉིས་པ།> རིག་པའི་སྒྲུང་བྲིད་འཁོར་འདས་རུ་ཤུན་ལ་དབྱེ་བ་གཉིས་བཤད་བ།.....	༤
༡ཕྱི་ལྟར་དབྱེ་བ།.....	༤
༡ནང་ལྟར་དབྱེ་བ།.....	༥
གསུམ་པ།> མེམས་གྱི་སྒྲུང་བྲིད་སྒྲིབ་གསུམ་སྒྲུང་ཚུལ་ལ་གསུམ།.....	༦
༡ལུས་སྒྲུང་བ།.....	༦
༡ངག་སྒྲུང་ལ་བཞི།.....	༧
༡རྒྱལ་གདབ་བ།.....	༩
༡རྩལ་སྒྲུང་བ་གཉིས།.....	༩
༡ཕྱིའི་སྒྲུང་བ་ལ་སྒྲུང་བ།.....	༩
༡ནང་ལྟར་པོ་ལ་སྒྲུང་བ།.....	༩
༡མཉེན་བཅའ་བ།.....	༩

ལམ་དུ་གཞུག་པ།.....	1
འཕམས་སྤྱོད་ལ་གཉིས།.....	1
འཕམས་སྤྱོད་བ་དངོས་ལ་གསུམ།.....	1
འབྱུང་ས་དང་བྱུང་མཐན་ལ་བརྟགས་པ།.....	1
འགན་ས་ས་དང་གནས་མཐན་ལ་བརྟགས་པ།.....	10
འཕྲོ་ས་དང་འཕྲོ་མཐན་ལ་བརྟགས་པ།.....	11
འབྱུང་བ་རྣམ་དུ་དབབ་པ་ལ་གཉིས།.....	12
འཕྲོ་ས་དུ་དབབ་པ།.....	12
འཕྲོ་ས་གཞུག་པ།.....	12
གཉིས་པ། > དངོས་གཞིའི་བྱིད་རྒྱུ་ལ་གཉིས།.....	12
དང་པོ། > དབང་རྩལ་སྤྱོད་མེད་ཀྱང་ལ་བསྐྱབས་པ་གྲོལ་བ་བྱེད་པ་ཆོད་ཀྱི་གདམས་པ་ལ་གཉིས།.....	13
འབྱུང་མེད་གི་ངོ་སྤྱོད།.....	13
འབྱུང་མེད་མ་ཡིན་པའི་ངོ་སྤྱོད།.....	14
གཉིས་པ། བཅོམ་འགྲུས་ཆོད་པོས་ཐོད་ཀྱི་སྤྱོད་མཐུན་ལམ་སྤྱོད་ལ་གྲོལ་ཏེ་ཕུང་པོ་ལྟ་མེད་དུ་བྱུང་ན་ འདས་རྒྱུ་ལ།.....	12
འབྱེད་པ་ཆོད་ལས་འཕགས་རྒྱུ་ལ།.....	11
འབྱུང་པར་ཅན་གྱི་ལམ་དངོས་བཤད་པ་ལ་བཞི།.....	11
འཕྲོད་ཀྱི་སྤྱོད་ལ་གཉིས་པའི་ཆོད་ས།.....	12
འཕྲོད་ཀྱི་སྤྱོད་ཀྱི་གནད་བསྟན་པ་ལ་གསུམ།.....	14
འཕྲུལ་གནད།.....	14
འདག་གནད།.....	15



འཕེམས་གནད།.....	༡༧
འགནད་གསུམ་གྱི་འོད་གསལ་ལ་བལྟ་བུ་ལ་གསུམ།.....	༡༩
༡འཆར་བྱེད་སྒྲིའི་གནད།.....	༢༡
འཆར་གཞི་ཡུལ་གྱི་གནད།.....	༢༢
འརྱང་རིག་གི་གནད་ལ་གཉིས།.....	༢༢
༡རྱང་གནད།.....	༢༢
འརིག་པའི་གནད།.....	༢༠
འརིག་པའི་རྩལ་དབང་བསྐྱར་ནས་རིག་ཐོག་ཏུ་ངོ་སྟོན་པ་ལ་གཉིས།.....	༢༡
༡རང་སྣང་ཡེ་ཤེས་གྱི་དགྱིལ་འཁོར་ཆེན་པོར་འཇུག་པ།.....	༢༢
འག་ཤེས་ཐོག་ཏུ་རིག་པའི་རྩལ་དབང་བསྐྱར་བ།.....	༢༥
འརྱང་བཞིའི་ས་མཆོམས་བཤད་པ་ལ་བཞི།.....	༤༡
༡ཆོས་ཉིད་མངོན་སུམ།.....	༤༡
འཉམས་གོང་འཕེལ།.....	༤༢
འརིག་པ་ཆོད་ལེབ།.....	༤༥
༤ཆོས་ཉིད་ཟད་ས།.....	༥༠
༤མཐའ་དྲེན་མན་ངག་ལ་བཞི།.....	༥༢
༡མི་འགྲུལ་བ་གསུམ་གྱི་གཞི་བཅའ་བ།.....	༥༢
འསྟོན་པ་གསུམ་གྱི་ཆོད་གཟུང་བ།.....	༥༤
འཐོབ་པ་གསུམ་གྱི་གཟེར་ཐོབ་པ།.....	༥༦
༤གདེང་བཞིའི་གྲོལ་ཆོད་བསྟན་པ།.....	༥༧
གཉིས་པ།> དབང་པོ་འབྱེད་བར་དོར་གྲོལ་བའི་གདམས་ངག་ལ་བཞི།.....	༥༦

དཀར་ཆག

དང་པོ། > རང་བཞིན་བར་དོ།.....	41
གཉིས་པ། > འཆི་གཉི་བར་དོ།.....	10
གསུམ་པ། > ཆོས་ཉིད་བར་དོ།.....	14
བཞི་པ། > མིང་པ་བར་དོ།.....	21
གསུམ་པ། > དབང་པོ་ཐ་མ་རང་བཞིན་གྱུ་ལ་པ་སྒྲིའི་ཞིང་དུ་དབྱགས་འབྱེན་པ།.....	23
བཞི་པ། > མཇུག་བྱང་།.....	24
རྒྱལ་ཉེན་པ་དྲུག་པ་པོ།.....	29
གནས་ལུགས་རྫོ་རྫོའི་ཆོག་རྒྱང་།.....	30
ཀུན་མཁྱེན་ཞལ་ལུང་བདུད་ཅིའི་ཐོགས་པ།.....	36
གོ་ལ་ཤོར་ཆར་གཙོང་སེང་གེའི་ང་རོ།.....	37
རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་གནས་ལུགས་ཅེར་མཐོང་།.....	40
མདོ་གྲགས་བྱང་དུ་འཇུག་པའི་སྟོན་ལུ་ལ་མ་བྱེར་སངས་རྒྱལ་ལ་མ་ཁྱེགས།.....	44

༡༡། །རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་གྲོང་ཆེན་སྤྱིང་ཏིག་གི་གཞོན་མའི་  
མགོན་པོའི་ལམ་གྱི་རིམ་པའི་བྲིད་ཡིག་ཡེ་ཤེས་བླ་མ་  
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།











ན་བཅུད་པའི་ཏོག ། རྒྱད་དོན་རྒྱ་མཚོ་ཤིན་ཏུ་ཟབ་ཅིང་མཚོག་ཏུ་རྒྱ་ཆེའི་རང་བཞིན་  
 གང་། ། གྲུན་མཁའ་སྒོ་ཡི་སྤྱད་ཡུལ་ཉིད་ལས་སྒྲོ་བཏགས་རྣམ་པ་ཅན་ཏོག་མེན། །  
 དེ་ལྟར་ན་ཡང་དྲི་མེད་འོད་ཟེར་མིག་ཐུར་དབྱེ་བས་ཇི་སྟེད་དོན། ། ཇི་བཞིན་འདིར་  
 བསྐྱུས་སྐལ་བཟང་སྒྲོ་བ་མས་བསྐྱུལ་བའི་སྟོང་པོ་གསལ་བར་བྱ། ། དེ་ལ་འདིར་ཡང་  
 དག་ཇོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཀྱན་ཏུ་བཟང་པོས་དགོངས་པ་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ལས་མ་གཡོས་  
 བཞིན་དུ། ཉིད་ལས་མི་གཞན་པའི་འབྲས་བུའི་སངས་རྒྱས་ལྟ་ལ་དགོངས་པས་  
 ལེགས་པར་བརྒྱད་དེ། ཟབ་ཅིང་རྒྱ་ཆེ་བའི་ཆོས་སྤྱན་སྤུམ་ཆོགས་པ་གསང་སྟགས་  
 རོ་རྗེའི་ཐེག་པ་གསུངས་ཏེ་རྒྱད་ལུང་མན་ངག་གསུམ་གྱི་སྤྱང་བས་གདུལ་བར་བྱ་བའི་  
 སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་རང་བཞིན་གྱིས་གྲོལ་བར་མཛད་པ་ལས། འདིར་བསྐྱེད་པ་  
 དང་ཇོགས་པ་ལ་མི་ལྟས་པར་སྟགས་སེམས་ཉིད་ཡེ་ནས་སངས་རྒྱས་པའི་རང་བཞིན་དུ་  
 སྟོན་པ་ཀ་དག་གི་གནས་ལུགས་དང་། ཡེ་ཤེས་རང་སྤྱང་བའི་ངོ་བོར་སངས་རྒྱས་  
 པའི་རང་བཞིན་དུ་སྟོན་པའི་ཐོད་ཀྱལ་གྱི་གྲུབ་མཐའ་ཆོག་དང་ཡིད་དཔྱད་ལ་མི་ལྟས་  
 པར་མངོན་སུམ་རང་ཐོག་ཏུ་ངོ་སྤྱོད་པ། འདས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་གསེགས་  
 སྤུལ་། མ་འོངས་པའི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བསྐྱབ་བྱ། ད་ལྟའི་སངས་རྒྱས་  
 ཐམས་ཅད་ཀྱིས་བསྟོད་པ་གཅིག་པའི་ལམ་ཡང་དག་པ་ཐེག་པ་བརྒྱད་ཀྱི་སྒྲོའི་གྲུབ་  
 མཐས་མ་རེག་པས་ཀྱན་གྱི་རྩེ་མོར་ཕྱིན་ལ། དོན་དམ་པར་གདོད་མའི་སངས་རྒྱས་  
 ཀྱན་ཏུ་བཟང་པོའི་དགོངས་པའི་གྲོང་ཆེན་པོའི་རང་བཞིན་གང་ཡིན་པ་ལགས་པའི་  
 མཐིལ་དུ་བཀྱམ་པ་ལྟར་གསལ་བར་བྱེད་པ་ལ་ཆོས་བདག་མཁའ་འགྲོ་རྣམས་ཀྱིས་  
 གནང་བར་མཛད་དུ་གསོལ། དེ་ལ་གདམས་ངག་འབྲིད་ཀྱི་ལུགས་སུ་གདབ་པ། རོ་  
 སྤྱོད་ཀྱི་ལུགས་སུ་གདབ་པ། མགོན་པོ་བཀྱལ་བ་ཆང་སྟགས་སུ་གདབ་པ་དང་  
 གསུམ་དུ་ཡོད་པ་ལས། འདི་ནི་དང་པོའི་ཁོངས་སུ་ཕྱི་མ་གཉིས་ཞར་ལ་ཆང་བའི་



མན་ངག་གི་ལུགས་ཏེ། དབང་པོ་རྣམ་པོ་རྒྱུ་ལྟེན་པས་ཅན་ཆེ་འདི་ཉིད་ལ་གདོད་མའི་  
གཞི་དབྱིངས་སུ་སྦྱར་བ་དང་། དབང་པོ་འབྱིང་བར་དོར་འཛང་རྒྱ་བ། ཐ་མ་རང་  
བཞིན་སྒྲུལ་པའི་སྒྲུའི་ཞིང་ཁམས་སུ་དབུགས་འབྱིན་པའི་རིམ་པ་གསུམ་གྱིས་སྦྱོན་  
པའོ། །སྦྱོར་དང་པོ་ལའང་སྦྱོན་དུ་འགྲོ་བ་དང་། དངོས་གཞི་གཉིས་ལས། སྦྱོན་  
འགྲོའི་ཆོས་ལ་སྒྲུ་གསུམ་གྱི་སྒྲ་འབྲིད་པ་འབྱུང་བཞིའི་ནལ་འབྱོར་ལ་བསྐྱབ་ཚུལ། རིག་  
པའི་སྒྲ་འབྲིད་པ་སྒྲོ་གསུམ་འཁོར་འདས་རུ་གན་དབྱེ་བ། སེམས་གྱི་སྒྲ་འབྲིད་པ་ལུས་  
ངག་ཡིད་གསུམ་སྦྱོང་བའི་ཚུལ་དང་གསུམ་ལས། དང་པོ་ནི། རང་བཞིན་རྣམས་པ་  
ཆེན་པོ་སྒོ་ག་འབུམ་ཕྱག་དུག་རྩ་རྩ་བཞི་ལས་བྱུང་པར་དུ་བྱུང་བ་སྒྲ་ཐལ་འབྱུར་རྩ་  
བའི་རྒྱད་ལས། སྒྲ་གསུམ་བསྐྱབ་པའི་རིམ་པ་ཉིད། །འབྱུང་བའི་ཡོན་ཏན་གཙོར་  
བྱས་ཏེ། །མཆོག་རྩ་ས་རྩ་མེ་རྒྱུད་གི་ །སྒྲ་ལ་བསྐྱབ་པས་ངེས་པར་འབྱུང་། །ཅེས་སྒྲ་  
བཞི་ནལ་འབྱོར་དུ་བྱ་བར་གསུངས་ཀྱང་། དེང་སང་ལག་ལེན་ལ་འདེབས་པ་རྒྱུ་  
བས་མ་བྱས་ཀྱང་རུང་ངོ་། །གཉིས་པ་འཁོར་འདས་རུ་གན་འབྱེད་པ་ལ་ཕྱི་ནང་གཉིས་  
ལས། དང་པོར་ཕྱི་ལྟར་དབྱེ་བ་ནི་བསྟན་བྱ་ལས། སྦྱོན་དུ་ལུས་ངག་ཡིད་རྣམས་  
གྱིས། །མངོན་པར་ཞེན་པ་ལྡོག་པའི་ཕྱིར། །སྦྱོན་དུ་སྦྱོང་བ་བརྩམ་པར་བྱ། །ཞེས་  
པས་བྱ་ལུགས་རྩ་རྒྱད་ལས། ལུས་ནི་འགྲོ་དང་འདུག་པ་དང་། །གཙུང་ཅིང་འབྱུལ་  
འཁོར་སྒྲ་ཆོགས་དང་། །ཡན་ལག་འཕེན་ཅིང་སྤྱད་པ་དང་། །བྱ་བྱེད་རྣམ་པ་སྒྲ་  
ཆོགས་བསྟན། །དྲན་པའི་སེམས་གྱི་མངོན་སྤངས་ཏེ། །འགྲོ་དུག་གཟུགས་གྱི་སྦྱོང་  
པ་རྣམས། །སེམས་གྱིས་སྤངས་ཏེ་ལུས་གྱིས་བྱ། །ཞེས་གསུངས་པས་ལས་དང་  
བག་ཆགས་གྱིས་བསྦྱོང་བའི་སྒྲོ་གསུམ་གྱི་བྱ་བ་རང་ལོག་ཅིང་ཕྱི་ནས་འགགས་པར་  
བྱ་བའི་ཕྱིར་དུ། །གསང་བའི་སྦྱོང་བ་ལ་རྩ་རྩུང་བདུན་པའི་ཉེས་པ་འགོག་ཕྱིར་ངེས་  
པར་མའི་འགྲོ་འོང་དང་མཐོང་ཆོར་མེད་པའི་གནས་སུ་ཕྱིན་ཏེ། །ཡུལ་དེའི་གཞི་བདག་



ལ་གཏོར་མ་བྱིན་ནས་གྱུ་ཚོམ་གྱི་སྤྱོད་པ་གོ་ལོང་མི་བྱེད་པར་བྱིན་ལས་གསོལ། ད་  
 བྱི་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་དོན་དུ་སྒྲོག་གསུམ་ལའོར་འདས་རུ་གན་བྱེ་ལ། བྱིན་ས་  
 ལའོར་བར་མི་ལྡོག་པར་བྱ་སྒྲུལ་དུ་སེམས་བསྐྱེད་ནས། ལུས་གཅིར་བུར་བྱུང་།  
 དམུལ་བ་པའི་ཚ་གྲང་། ཡི་དྲགས་ཀྱི་བགྲེས་སྒྲོམ། དུད་འགྲོའི་བགོལ་སྤྱོད། མིའི་  
 སྒྱེ་གན་འཆི། ལྷ་མིན་གྱི་འཐབ་ཚོད། ལྷའི་འཕོ་ལྷུང་སྒྲིགས་རང་རྒྱུད་ལ་བཀལ་  
 ཞིང་དེ་དག་རྣམ་འགྱུར་དང་། གཞན་ཡང་རྒྱག་པ་དང་། མཆོངས་བ་དང་། གཙུང་  
 པ་དང་། ཡན་ལག་འཕེན་སྤྱད་སྒྲིགས་མདོར་ན་དེ་ཚད་ཀྱི་སྤྱོད་པས་སྤྱང་བ་གཏོན་  
 མེད་དུ་བཏང་ཞིང་། དེ་བཞིན་དུ་ངག་རུ་གན་དབྱེ་བའི་བྱིར་ཐར་འགྱུར་ལས། ཅི་  
 སྒྲིམ་ལྡོག་པ་མེད་པའི་བྱིར་། །ལྷ་དང་གྲུ་དང་གཞོན་སྤྱོད་དང་། །དྲི་བ་གྲུལ་བུམ་  
 བྱུང་འཕྲུག་གི། །སྒྲིང་ནི་བཟང་ངན་བྱེ་བྲག་བཟོད། །མདོར་ན་འགྲོ་བ་དུག་གི་སྒྲིང་།  
 སེམས་ཀྱི་དུན་བསམ་ངག་གིས་བཟོད། །ཅེས་པ་ལྟར་ཅ་ཅ་དང་སྒྲི་སྒྲིང་སྤྱོད་ཚོགས་པ་  
 བྱང་དོར་མེད་པར་སྒྲོགས་ལ། སེམས་ཀྱི་སྤྱོད་པའང་། སངས་རྒྱས་ལྷ་སྒྲིག་གཅིག་ལས།  
 དགའ་དང་མི་དགའ་བདེ་དང་སྤྱུག་ །ཏྱག་དང་མི་ཏྱག་ལ་སྒྲིགས་པ། །ལྷ་སྒྲོམ་སྤྱོད་  
 པའི་བསམ་པ་དང་། །ཆོས་དང་ཆོས་མིན་ལ་སྒྲིགས་དང་། །འདོད་ཆགས་ཞེ་སྤང་  
 གཏི་སྤྱུག་དང་། །དགོ་དང་མི་དགོ་ལ་སྒྲིགས་པའི། །བསམ་སྤྱོད་རྣམ་པ་སྤྱོད་ཚོགས་བྱ།  
 ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་དུས་གསུམ་གྱི་དུན་བསམ་དགོ་མི་དགོའི་འབྲོ་འདུ་ཐམས་ཅད་  
 བཅོན་ཐབས་སུ་བསྐྱོངས་པར་བྱས་པས་སྒྲོག་གསུམ་ངལ་དུ་བ་ཀྱི་རྣམ་པར་གར་ཏེ་  
 སྒྲིམས་ཐག་ཆོད་པའི་རྗེས་ཤེས་ཀྱི་བོ་ངོ་ལ་བལྟ་ཞིང་ངལ་བསོ། དེ་བཞིན་དུ་འདས་  
 རྗེས་ལས། དགོན་མཆོག་གསུམ་གྱི་སྤྱོད་པའང་སྤྱོད་ཅེས་པས། ཡང་སྤྱིལ་གྱུང་  
 དང་བཅས་པའི་ས་གནོན་མཉམ་གཞག་ མཛོད་སྤྱོད་ནས་འོད་ཟེར་བཀྱེ་འདུན། ལྷ་  
 གོས་རྒྱུམ་པོར་བགོ་བ། མིག་གཏའ་ཤིང་གང་དུ་བལྟ་བ་སྒྲིགས་པའི་ཞི་དུལ་གྱི་



སྤྱོད་ལམ། དེའི་དག་གི་སྤྱོད་པ་ཤེས་རབ་སྦྱིང་པོ་ལ་སོགས་པའི་མདོ་འདོན་པ་དང་།  
 ཡིད་དཔྱོད་ཀྱི་ཚིག་དང་ཐལ་འགྱུར་གྱི་དགག་བཞག དེ་བཞིན་དུ་ཁོ་བོའི་སྣངས་  
 སྣངས་། གར་དགུའི་རོལ་ཅུད། དག་གི་སྤྱོད་པ་རུ་ལུའི་སྒྱུ་དང་རྩྱུ་རྩྱུ་ཡེ་ཡེ་ལ་  
 སོགས་པ་ལུས་དག་གི་རྣམ་འགྱུར་སྣ་ཚོགས་པ་ལ་རུ་ལ་སྤྱོད་པ་ཡིན་ཏེ། རྒྱུད་ལས།  
 སྒྲགས་དང་ཁ་ཏྲོན་ཚོས་ཀྱི་སྒྲ། །ཡོད་དང་མེད་དང་སྒྲ་བ་དང་། །ཡིད་དཔྱོད་ཚིག་  
 བེ་སྣ་ཚོགས་བརྗོད། །ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེ་ལྟར་ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་རུ་  
 བཞག་ཐ་དད་དུ་དབྱེ་བ་དང་། སྒྲ་གསུམ་གྱི་སྒྲོན་འགོ་སྤེལ་ནས་དབྱེ་བའི་ལུགས་སོགས་  
 ཀྱང་། །ལོར་འདས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་གང་ལའང་སྒྲ་གསུམ་དང་སྒྲ་གསུང་ཐུགས་ཀྱི་  
 རོལ་བ་ཤུགས་འབྱུང་དུ་འཆར་བ་དེ་ལས་ཐུགས་གཅིག་ཏུ་བྱེད་པ་འདི་ལག་ལེན་ལ་  
 འདེབས་སྤྱི་ཞིང་འཆུན་ཆེ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུའི་རུ་བཞག་འབྱེད་པ་ལ་ལྷ་བ་བྱེད་དམ།  
 ཞག་བརྒྱ་གཅིག་གམ། ཉི་མ་བདུན་ལ་སོགས་པར་འབད་པས་གནས་སྐབས་སུ་སྒྲོ་  
 གསུམ་གྱི་ཞེན་པ་རང་ལོག་པ་དང་ལོར་བའི་འབྲེལ་རྒྱན་ཆོད། མཐར་ཐུག་ལུས་  
 འོད་གསལ་དུ་སྒྲིན། དག་ཡི་གེ་ལོར་ལོར་དག སེམས་རིག་ཐོག་ཏུ་གྲོལ་བ་ལ་  
 སོགས་པ་ལན་ཡོན་དཔག་ཏུ་མེད་པར་གསུངས་པ་ཡོད་དེ་མདོར་བསྡུ་ན་དབང་ཉེ་བར་  
 རྟོགས་པ་ལས། རུ་བཞག་གང་གིས་བྱེ་བ་ཉིད། །ཁམས་གསུམ་ལྡོག་པ་མང་ཡིན་ནོ། །  
 ཞེས་སོ། །གཉིས་པ་ནང་ལྟར་དབྱེ་བ་ནི་རྒྱུད་རྫོང་གསལ་གྱི་དགོངས་པ་ཡིན་ཏེ། དེ་  
 ཉིད་ལས། སྤྱི་བོར་མགྱིན་པ་སྦྱིང་ག་དང་། །ལྟེ་བ་གསང་གནས་རྒྱང་མཐིལ་དུ། །  
 ལ་སུ་ནི་ཏི་བྲེ་དུ་གནས། །ཞེས་བག་ཆགས་ཀྱི་ལུས་འདི་གྲུབ་པ་ཅམ་ནས་རིགས་  
 དུག་ཏུ་འཕེན་བྱེད་ཀྱི་ས་བོན་རྒྱན་ཆགས་སུ་གནས་པ་དེའི་སྤྱིང་དུ་ལས་སྤྱི་མའི་རྗེས་  
 ཆགས་ཤིང་། ཕྱི་མ་ཉེ་བར་ལེན་པའི་རྒྱུན་བྱེད་པས་འཆི་པའི་ཆེན་འང་ཡི་གའི་རུ་  
 ཁམས་དེ་རྣམས་གང་དུ་རྒྱུང་སེམས་འདུས་པ་ལས་དེ་དང་དེར་འཕེན་པར་བྱེད་པའི་



ཕྱིར་ད་ལྟ་ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་ན་སྤྱོད་ཚུལ་ཁྱད་དུ་འཕགས་པ་འདི་ནི་ཐབས་མང་  
 དཀའ་བ་མེད་པ་སྒྲ་ན་མེད་པའི་ཐེག་པ་འདིའི་འཕགས་ཚུལ་ཡིན་ཏེ་དེ་ལྟར་སྤྱོད་ན་  
 འདས་རྗེས་ལས། ལུས་འདི་མ་རིག་རྒྱས་བསྐྱེད་ཕྱིར། །རིགས་དུག་ས་བོན་ཉིད་དུ་  
 གནས། །རིག་པ་སྤྱོད་གསུམ་དངོས་ཡིན་ཕྱིར། །སྤྱོད་གསུམ་ཡི་གེ་གསུམ་དུ་གྱུར། །ཡི་  
 གེས་ཚུལ་སྤྱད་ས་དུ་གན་དགྱེ། །ཞེས་པ་ལྟར་སྤྱོད་གཞིའི་སྤྱོད་བོར་ལྟའི་ས་བོན་ཨ་  
 དཀར་པོ། མགྱིན་པར་ལྟ་མིན་གྱི་སྤྱོད་ལྟར་སེར། །སྤྱོད་གར་མའི་བྱི་སྤྱོད་སྤྱོད། །ལྟ་བར་  
 དུད་འགྲོའི་ཉིད་མར་ནག །གསང་བར་ཡི་དུགས་གྱི་བྱེ་ཐལ་སྤྱོད། །རྒྱུ་མཐེལ་དུ་  
 དམུལ་བའི་དུ་དུ་ཁ་རྒྱུ་གྱི་རྒྱུ་པར་གནས་པ། །སྤྱོད་བྱེད་སངས་རྒྱས་ཐམས་  
 ཅད་དང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་རྩོམ་གསུམ་གྱི་རང་བཞིན་ཡི་གེའི་  
 རྒྱུ་པར་གྱི་བོར་ཨོ་དཀར་པོ། མགྱིན་པར་ཨོ་དམར་པོ། །སྤྱོད་གར་རྩོ་  
 མཐེང་ག་རྒྱུ་པར་བཀྲག་མདངས་དང་གཟེ་བྱིན་འབར་བཞིན་པར་གསལ་ལ། །འབྲུ་  
 གསུམ་བཟླས་པའི་རྒྱུ་གྱིས་དེ་ལས་སྤྱོད་བའི་འོད་ཟེར་གྱིས་རིགས་དུག་གི་ས་བོན་  
 བག་ཆགས་དང་བཅས་པ་དངོས་མེད་དུ་སྤྱོད་ས་པར་བསམ་བཞིན་དུ། །ཨོ་ཨོ་རྩོ་སྤྱོད་  
 གཞིའི་ས་བོན་རེ་ལ་འབུམ་རེ་དང་ཁ་སྤྱོད་བཅས་ཁྱོན་འབུམ་ཕྱག་བདུན་དུ་ཡོངས་  
 པར་བཟློ། །དེས་སྤྱི་པ་དག་པའི་རྒྱུ་པར་ཐ་མལ་གྱི་ཞེན་འཛིན་ཤུགས་ལ་  
 དག་པར་འགྱུར་ཏེ། །སྤྱོད་གསལ་ལས། རུ་གན་ནང་ལྟར་སྤྱོད་བ། །འབྲུལ་རྒྱ་འཁོར་  
 བའི་ས་བོན་སྤྱོད་ས། །ཞེས་སོ། །གསུམ་པ་སེམས་གྱི་སྤྱོད་འབྱེད་པ་སྤྱོད་གསུམ་  
 སྤྱོད་པའི་སྤྱོད་འགྲོ་ལའང་གསུམ་ལས། དང་པོ་ལུས་སྤྱོད་པ་ནི། ཐལ་འགྱུར་ལས།  
 ལུས་གྱི་སྤྱོད་དུ་འགྲོ་བ་ལས། །སོ་སོའི་བྱེད་པའི་རྒྱུད་འགགས་པ། །རྩོམ་སྤྱོད་ཀྱང་  
 དང་བཅས་ཏེ། །ལུས་སྤྱོད་སེམས་ལ་ཡན་པའོ། །ཞེས་པས་རྩོམ་ཏེ་འདུག་སྤྱོད་ས་  
 ལ་ལངས་འདུག་སྤྱོད་གསུམ་གཉིས་སུ་བཞེད་པའི་སྤྱོད་མ་ནི་རྩོད་པ་གཉིས་སྤྱོད་ཅིང་ཕུས་



མོ་བགྲད་སྒྲིང་པ་དང་པོར་བསྒྲུབ་། ལག་པ་གཉིས་ཀྱི་གྲུ་མོ་རྒྱུ་མ་བཞིན་དུ་ཐལ་མོ་  
 སྒྲིབ་མ་རིག་སྒྲུར་མགྲིན་པར་ཨོལ་མདུད་ནོན་པར་བྱས་ཏེ་ལུས་དོ་རྗེ་སྒྲོན་པོ་ཅེ་གསུམ་  
 པ་མེ་འབར་བ་ཞིག་ཏུ་སྒྲོམ་། དེས་དུབ་ན་ཕྱི་མ་མི་འགྱུར་དོ་རྗེ་འུག་སྒྲུངས། དོ་  
 རྗེ་ལྟ་བུ་ལས་ལུས་སྒྲིབ་སྒྲུངས་པས་འགྱུར་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་འགག་ རྒྱུ་མཐིལ་ཁ་སྒྲུར་  
 བས་པོ་མོ་མ་ནིང་གི་རྒྱུ་སྒྲུངས་ཏེ་འོད་གསལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ངང་དུ་རང་གནས། རྟིང་  
 པ་གཉིས་གསང་བར་བྱས་པར་གཏད་པས་འདོད་ཆགས་ཀྱི་གཞི་སྒྲུངས། ཐལ་མོ་སྒྲིབ་  
 པོར་སྒྲུར་བས་ལུས་ཀྱི་གནད་སྒྲུང་བར་བྱེད་དོ། །ཞེས་ཀྱན་མཁྱེན་ཆེན་པོ་བཞེད་ལ།  
 དག་པ་དྲན་པར་བྱ་བ་ནི། ཡར་ཅེ་གསུམ་ངོ་བོ་རང་བཞིན་ཐུགས་རྗེ་མཆོན་ལ། མར་  
 ཅེ་གསུམ་སྒྲུ་གསུམ་མཆོན་པའི་སྒྲིང་པ་གཅིག་ཏུ་འདྲིལ་བ་ཀ་དག་དང་ལྷན་གྱུ་བ་ངོ་  
 བོ་གཅིག་ཏུ་ལམ་བྱེད་མཆོན་པའོ། །དེ་ལྟར་བགྱིས་པ་ལ་དགོས་པ་གསུམ་སྟེ། ཐུན་  
 མོང་དུ་ངལ་དུབ་ཀྱིས་ལུས་སྒྲིབ་འདག་ བྱེད་པར་ལ་ལུས་དོ་རྗེ་མེ་འབར་བར་མཐོང་  
 བས་གདོན་བགེགས་ཞི། མཐར་ཐུག་ལུས་ཞེན་ལྡོག་སྟེ་སྒྲིབ་དོ་རྗེ་འགྱུ་བ་པར་འགྱུར་  
 ལ། །འདིའི་ཆེ་རྟོན་འབྲེལ་ལུས་ལ་བསྒྲིགས་པས་རྟོགས་པ་སེམས་ལ་འཆར་བའི་  
 དོན་ངལ་དུབ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུ་ཀྱིས་འགྱུ་དྲན་བྱུང་ཆོར་གྱི་སྒྲུན་ཐག་ཆད། ཐད་  
 ཀར་རིག་པ་རྟོན་མེད་དུ་ལུས་པས་ངོ་སྒྲོད་ཀྱིས་གཟེར་འདེབས་སྒྲུབ་ཡིན་ནོ། ། །  
 གཉིས་པ་ངག་སྒྲུང་བ་ནི་ཐལ་འགྱུར་ལས། ངག་ནི་རྩྭ་ཞེས་གནས་པ་ལས། རྒྱུས་  
 གདབ་པ་དང་ཅུལ་སྒྲུང་དང་། མཉེན་བཅལ་ལམ་དུ་གཞུག་པ་ཡི། དེ་ལྟར་ངག་  
 སྒྲུངས་སེམས་ལ་ཡན། ཞེས་རྣམ་པ་བཞིར་བསྒྲུན་པ་ལས། དང་པོ་རྒྱུས་གདབ་པ་  
 ལའང་གཉིས། ཕྱི་སྒྲུང་བ་ལ་རྒྱུས་གདབ་པ་ནི། དཔེན་པར་སྒྲིལ་མོ་ཀྱང་བཅས་ཏེ།  
 ངག་ཏུ། རྩྭ་རྩྭ་རྩྭ་རྩྭ། ཞེས་གདངས་འགྱུར་རིང་པོས་བརྗོད་པས་ཕྱིའི་སྒྲུང་བ་ཆེ་རྒྱུང་  
 བརྟན་གཡོ་ཐམས་ཅད་རྩྭ་དུ་ལམ་ལམ་སོང་བར་བསམ་ཞིང་། སོ་དང་མཆུ་མ་རིག་



ཅམ་གྱི་ངང་ནས་རྒྱུ་དང་ཤེས་པ་སྒྲུང་བ་གསུམ་གཅིག་ཏུ་བསྐྱེས་ལ་མ་ཡོངས་པར་  
 བྱེད། །སྒྲུང་བ་ཐམས་ཅད་རྒྱུ་དུ་ལམ་ལམ་འཆར་ཞིང་བན་བཅས་ཕྱད་ཕྱོད་དུ་སྤང་ན་  
 རྒྱས་ཐེབས་པའི་ཚད་དེ། དེས་ཡུལ་སྒྲུང་རང་བཞིན་མེད་པར་གྱོལ་བའི་དགོས་པ་  
 ཡོད་དོ། །གཉིས་པ་ནང་སྤང་བོ་ལ་རྒྱས་གདབ་པ་ནི། ཡང་རྒྱུ་ཞེས་བརྗོད་པས་ཕྱི་རོལ་  
 གྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་མས་གཅིག་བྱུང་གཉིས་བྱུང་ཐམས་ཅད་ལུས་གྱི་དབང་པོའི་སྒྲོ་ནས་ཞུགས་ཏེ་  
 ཁོང་བའི་ནང་དུ་བྱུང་ནས་ནང་ཁྱོལ་གྱི་ཁྱེད་དང་བཅས་པ་མི་དམིགས་པར་སྒྲུངས་  
 རེས། །ལུས་གྱི་ནང་ཐམས་ཅད་རྒྱུ་གིས་རྩེ་དེ་བ་སྒྲུམ་བྱེད་ན་རྒྱུང་བ་སྒྲུམ་པ་གནད་  
 དོ། །དེས་ནི་ལུས་གྱི་འབྱུང་བ་དག་སྟེ་རྩོས་བཅས་ཟག་པ་མེད་པར་གྱོལ་བའི་དགོས་  
 པ་ཡོད་དོ། །གཉིས་པ་རྩལ་སྒྲུང་བ་ལ་གཉིས་གྱི། དང་པོ་ཕྱི་སྒྲུང་བ་ལ་སྒྲུང་བ་ནི།  
 རྒྱུ་རྒྱུ་ཞེས་དཀའ་ལ་གསུམ་པར་བརྗོད་པའི་རྒྱུ་གྱིས་མཁའ་ལ་སྒྲོག་འབྱུག་པ་བཞིན་  
 རྒྱུ་མཐིང་ནག་ཅོ་སྒྲུར་གྱི་ཤུགས་དང་ལྡན་ཞིང་གང་ལ་འབྲིགས་པའི་ཡུལ་དང་འཆོམས་  
 པ་གནམ་ལྷགས་བབས་པ་བཞིན་བྱུང་ནས་རི་དང་ཁང་བྱིམ་ཐོགས་རེག་གི་སྒྲུང་བར་  
 ཤར་བ་མཐའ་དག་ཁྱེད་ཁྱོལ་ཁྱོལ་ཁྱོལ་མེད་པར་དབྱུག་པར་བསམ་མོ། །དེས་སྒྲུང་  
 བ་བདེན་མེད་དུ་ཤེས་པའི་དགོས་པ་ཡོད་དོ། །

གཉིས་པ་ནང་སྤང་བོ་ལ་རྩལ་སྒྲུང་བ་ནི། རྒྱུ་མཐིང་ནག་མཐོ་གང་བས་རང་  
 གི་ལུས་ཕྱིར་ཐལ་ནང་ཐལ་ཁོལ་རྩེ་མེད་པར་སྤྱག་པས་རྩལ་སྒྲུན་དུ་དག་པར་བསམ་  
 ཞིང་རྒྱུ་དཀའ་པོར་བརྗོད། འབྱུངས་པའི་རྟགས་ལུས་གྱི་ཤ་ཁོལ་བུར་འཕར་བ་དང་།  
 མེ་ལོང་གི་བྱད་ལྟར་རང་བཞིན་མེད་པའི་རྒྱུ་མས་འཆར་རོ། །དེས་ནང་སྤང་བོའི་ནང་  
 གདོན་ཞི་བ་དང་། ལུས་འོད་གསལ་དུ་གྱོལ་བའི་དགོས་པ་ཡོད་དོ། །

གསུམ་པ་མཉེན་བཅའ་བ་ནི། མདུན་དུ་གིང་བུ་ལ་སོགས་པའི་མཚན་མ་བཅུགས།  
 ངག་ཏུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ཞེས་བརྗོད་པས་རྒྱུ་གི་ཕྱིང་བ་ལུག་རྒྱུད་དུ་འབྲེལ་བ་དམིགས་ཏེན་གྱི་རྩ་



བ་ནས་རིམ་བར་དཀྱིས་གིང་ཅེ་མོར་སླེབ་པ་དང་རྩྱུ་མ་དེ་ཅེ་མོར་མདུང་ཚུགས་སུ་  
གནས་པ་ལ་ཤེས་པ་གཏད་དེ་རྩྱུ་གི་གྲུ་དལ་བོས་ལེན། སྒྲོ་བ་ན་ཡང་གཅིག་ལ་གཅིག་  
ཐིམ་གྱིས་འཛིག་པ་ལ་ཤེས་པ་གཏུར་ནས་མཐར་སྟིང་གར་བསྐྱས་ཏེ་དལ་བས། དེ་  
ལྟར་ཡང་ཡང་བགྱིས་པས་ཕྱི་ནང་གི་འགྲོ་ལྷོག་ལམ་དུ་ལོངས་ནས་སེམས་ལ་གིན་ཏུ་  
སྐྱུངས་པའི་ཡོན་ཏན་ཐོབ་སྟེ་དམིགས་པ་གང་དུ་འང་བསྐྱར་བྱུང་བ་འོང་ངོ་། །

བཞི་པ་ལམ་དུ་གཞུག་པ་ནི། རང་ཉིད་རྩྱུ་དུ་བྱས་པ་ཁ་དོག་མཐིང་ག་བྲུ་གང་  
བ་ཞིག་ཡར་འཕྱོག་ཚུར་འཕྱོག་སྟོན་བུའི་འགྲོས་གྱིས་རྣམ་པ་ཐམས་ཅད་པའི་ལམ་ལ་  
ཞུགས་གིང་མཐོང་ཡུལ་གྱི་རི་དང་ཡུལ་སྡོངས་ནས། མི་མཐོང་ཞིང་རྒྱས་ཡོད་པའི་  
ས་ཕྱོགས་ཐམས་ཅད་དུ་འགྲོན་པོ་དོན་གཉེར་ལམ་དུ་ཞུགས་པ་བཞིན་སོང་བར་བསམ་  
ཞིང་འགྲོ་ལུགས་དང་མཐུན་པའི་རྩྱུ་དལ་བུར་བརྟེན། དེས་ཡུལ་གྱི་བག་ཆགས་སྦྱང་  
ཞིང་ལུས་ངག་གི་ལམ་སྒོལ་དུ་ཚུད་པའི་དགོས་འབྲེལ་ཡོད་ལ། སྐར་ཡང་རྩྱུ་རྩྱུ་ཞེས་  
གར་ཕྱོགས་མངོན་དགའ་ལ་སོགས་པ་དག་པའི་ཞིང་རྣམས་སུ་ཡང་དག་པའི་དཔག་  
ཆེན་གྱིས་མདའ་དུ་བཞིན་ཕྱིན་པར་བསམས་པས་ཞིང་ཁམས་འབྱོངས་པའི་རྟེན་འབྲེལ་  
སྒྲིག་གོ། ཀུན་ལ་རྒྱང་སེམས་རྩྱུ་གསུམ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་དྲིལ་ནས་འདུན་པ་གང་གཏད་  
དུ་བཟུང་བས་རྣམ་རྟོག་འགག་སྟོབས་གཞན་ལས་ཆེ་བ་ཡིན་ནོ། །དེས་ནི་ངག་གི་  
སྒྲིབ་པ་འདག་ཅིང་ངག་ལོངས་སྟོད་རྫོགས་པའི་སྐར་གྲོལ་བར་བྱེད་དོ། །

གསུམ་པ་སེམས་སྦྱང་བ་ནི། ཐལ་འགྱུར་ལས། སེམས་ནི་ཐོག་མ་བྱུང་ས་དང་།  
བར་དུ་གནས་ས་ཐ་མ་འགོ། །དེ་ལྟར་གསུམ་ལ་བརྟག་དབྱེད་ན། །སེམས་སྐྱུངས་  
སེམས་གྱིས་གནས་ལུགས་ཤེས། །ཞེས་པས་སེམས་སྦྱང་བ་དངོས་དང་། སྐྱུངས་པ་  
རྣལ་དུ་དབབ་ཚུལ་ལོ། །དང་པོ་ལ་གསུམ་གྱི་ཐོག་མར་བྱུང་ས་དང་བྱུང་མཁན་ལ་  
བརྟག་པ་ནི། སེམས་འདི་ཡོད་ཅུ་ནས་སྟོད་བཟུད། ཕྱི་ནང་སྐྱང་བ་དང་། སྦྱང་བ་



ལ་སྒྲུབ་ཡོད་མེད་ཀྱི་ཕྱོགས་གང་ནས་བྱུང་། ཡོད་པ་དངོས་པོའི་ཕྱོགས་ནས་བྱུང་  
 ཟེར་ན་གྲུབ་མཐའ་སྒྲུབ་ཉན་ཐོས་པའི་ཕྱོགས་སུ་ལྷུང་བས། ལྷུང་བའི་བདེན་ཞེན་  
 རྒྱལ་ཕྱ་རབ་ཀྱི་ཆ་ཤས་ཙམ་དུ་འང་བཤིག་སྟེ་རྟོགས་ཤིག་དེ་ལྟར་བརྟགས་ཤིང་རྒྱལ་  
 ཕྱན་ཆ་མེད་ཀྱི་ཁོང་བཙལ་བས་སེམས་ཀྱི་བྱུང་ས་མ་རྟོག་པར། མི་ལམ་ལྟར་རང་  
 བཞིན་མ་གྲུབ་པར་ཤེས་ཀྱང་། བྱུང་མཁན་ཀྱི་ཤེས་པ་ཤར་ར་འོལ་ལེ་བ་སེམས་དང་  
 སེམས་བྱུང་ལྟར་ཤར་བའི་རྩ་བ་མ་ཆོད་ན་ནི་དབུ་མ་སེམས་ཙམ་པ་ལྟར་མེད་དགག་  
 དང་མ་ཡིན་དགག་ལ་གནས་ལུགས་རེ་བའི་ཕྱོགས་ལ་འབྱུང་དུ་ཡོད་པས། འཆོལ་  
 མཁན་ཀྱི་སེམས་ལ་རྒྱུར་ལྟོས་ཤིག་བལྟས་པས་ཀྱང་སེམས་དར་ཅིག་རང་གསལ་  
 ཙམ་དུ་འདུག་པའོ། འགྲུ་བྱན་སྒྲུ་རྟོགས་སུ་ཤར་བ་མཐར་ཐུག་དུ་འདོད་ན། སེམས་  
 གྲོང་ཁ་འབྱུངས་གཞི་བྲལ་ལ་གདེང་འཆའ་བ་དང་འདྲ་བས་ད་དུང་རིག་པ་མངོན་སུམ་  
 དུ་མ་མཐོང་། ཡང་སྟོང་པའི་ཕྱོགས་ནས་བྱུང་ཟེར་ན། མཁན་པོ་མཐོང་བས་དབྱིབས་  
 དང་། ཁ་དོག་རྟགས་མཆོན། ཆེ་ཆུང་ཕྱོགས་ཆ་ལ་སྒྲུབ་པའང་ངེས་པར་ཡོད་  
 དགོས་པས་དེའི་རང་བཞིན་བརྟག་དགོས་ཏེ། དེ་ལྟར་བརྟགས་པས་འཆོལ་ས་དང་  
 འཆོལ་མཁན་དུ་སྒྲུང་བའི་གཟུང་འཛིན་ཡུལ་མེད་རྟོག་བྲལ་སྒྲུབ་སམ་བརྗོད་མེད་ཁས་  
 ལེན་ཐམས་ཅད་བྲལ་བའི་ངང་དུ་ཉ་ཕྱད་དེ་ལུས་ན། གཞི་མེད་རྩ་བྲལ་ཆོས་སྒྲུབ་སྒྲེ་  
 བ་མེད་པའི་དོན་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པ་ནི། དབུ་མ་ཐལ་འགྱུར་ལས། ང་ལ་ཁས་ལེན་མེད་  
 པས་ན། །ང་ནི་སྒྲོན་མེད་ཁོ་ན་ཡིན། །ཞེས་པའི་ཐོག་དུ་སྒྲིབ་ཅིང་སྒྲིབ་ཚུལ་ཡང་  
 དིང་སང་གྲུབ་པའི་མཐའ་འདི་ཉིད་འཛིན་པར་རྫོམ་པ་རྣམས་ལྟར་ཡིད་དཔྱོད་ཀྱི་སྒྲོས་  
 བཞག་པ་མ་ཡིན་པར་རང་བཞིན་རྟོགས་པ་ཆེན་པོའི་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་དོན་མཐོང་བས་  
 སྒྲིབས་པ་ཡིན་ཞེས་བདག་ཉིད་སྒྲུའོ། །

གཉིས་པ་གནས་ས་གནས་མཁན་ལ་བརྟག་པ་ནི། སེམས་འདི་ད་ལྟ་ཕྱི་རུ་ཤར་



ན་ཕྱིའི་ཡུལ། ནང་དུ་ཤར་ན་ནང་གི་ཡུལ། དེ་དག་གི་ཕྱི་ནང་སྟོང་སྟོང་མགོ་མཇུག་  
ལ་སོགས་པར་གང་དུ་གནས་བརྟགས་པས་གནས་ས་མཐོང་ན་དེའི་དབྱིབས་དང་ཁ་  
དོག་བྱེད་ལས་ལ་སོགས་པའི་རྟོག་དཔྱད་དང་དྲི་བཅུད་ཀྱི་རྩུན་ཕྱགས་གཏིབ་ཅིང་།  
ཕྱི་ནང་གང་དུ་འང་མ་མཐོང་ནས་གནས་མཁན་གྱི་ཐོག་དུ་དཔྱད་པའི་ཆེ་ཀྱན་གཞིའི་  
རྣམ་ཤེས་རང་གསལ་ཙམ་བདེན་གྲུབ་དུ་ཤར་ན་འང་སེམས་ཙམ་རྣམ་རྩུན་པར་ཉེ་ལ།  
འདིར་སེམས་ལ་རྒྱ་མཚན་མེད་པས་རྒྱ་ལ་ཡི་གེ་བྲིས་པའི་ཆེ་རང་ས་ན་རྗེས་མེད་དུ་  
ཞིག་པའང་། གྲུ་རྒྱུ་བའི་ཆེ་རྒྱ་ལ་འཇུག་པ་ལྟར་གནས་ས་བཙལ་བའི་མོད་ལ་འཆོལ་  
མཁན་རང་ཞིག་པས་གནས་བྱེད་ཀྱི་མཁན་པོ་ངོས་བཟུང་དང་བྲལ་བར་གཏན་ལ་ལེབས་  
པ་ནི་ཡོངས་སྒྲུ་འགག་པ་མེད་པའི་དོན་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟ་བུའི་སྐབས་  
ན་ཆེར་མས་བཏབ་པ་ལ་སོགས་སྒྲོ་གསུམ་གྱི་སྟེང་དུ་ཆོར་པའི་ཉེར་ལེན་ལས་སྦྱང་རྒྱ་  
གི་མཚན་མ་གང་དང་གང་དུ་ཤར་བ་དེ་དང་དེར་ཡོད་པ་ལྟར་སྦྱང་བ་ནི། འདྲ་བྱེད་  
ཀྱི་སྦྱང་པོས་རྒྱ་བྱས། བྲལ་བྱེད་གི་རྣམ་པར་རྟོག་པས་རྒྱུན་བྱས། གཟུང་བའི་ཡུལ་  
ལ་འཛིན་པའི་སེམས་ཆགས་པས་བདག་པོའི་འབྲས་བུར་སྦྱིན་པ་སྟེ། གཟུང་འཛིན་  
ཡུལ་སྟོངས་ཉེ་ཆོས་ཉིད་ཟད་སར་འབྱོལ་བའི་ཆེ་གཤེད་མ་བརྒྱས་བསྒྲོར་ཡང་ཉམ་ང་  
བ་དང་བག་ཚ་བ་མེད་པའི་དོན་ཡང་འདིས་སྟོངས་པ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་འགྲོ་ས་འགྲོ་མཁན་ལ་བརྟག་པ་ནི། ཕྱི་ནང་སྟོང་བཅུད། སྦྱང་སྟོང་  
ཡོད་མེད་ལ་སོགས་གང་གི་ཕྱོགས་སུ་ཡང་འགྲོ་བའི་ཡུལ་བརྟགས་པས་འགྲོ་ས་མ་རྟོང་  
པས་འབྲས་བུ་ལ་རེ་དོགས་སུ་འཛིན་པའི་སྒྲོ་ལྡན། གལ་ཏེ་རྟོང་ན་འགྲོ་མཁན་གྱི་  
བྱེད་བཞིན་ལ་སོགས་པའི་མཚན་ཉིད་ཀྱང་ཤེས་དགོས་པས་བརྟགས་པའི་ཆེ་དེ་ལྟར་  
མི་འདུག་པས་བྱས་པའི་ཆོས་ཀྱིས་འཚང་མི་རྒྱ་བར་ཡིད་ཆེས། དེ་ལྟར་འགྲོ་ས་མེད་  
པས་ཡུལ་སྦྱང་སེམས་ཀྱིས་བཟོས་པར་ཐག་ཆོད། འགྲོ་མཁན་མེད་པས་ཡུལ་ཅན་



རང་བཞིན་མེད་པའི་གདེང་རྟེན། དེའི་ཆོ་རིག་སྟོང་འགྲོ་འོང་མེད་པ་སྒྲུལ་པའི་སྒྲུར་  
གཏན་ལ་ཐེབས་ཤིང་། འདི་ལྟར་བྱུང་གནས་འགྲོ་གསུམ་བྱན་མོང་མ་ཡིན་པའི་ཁོངས་  
སུ་སེམས་ཀྱི་ཁང་བྱ་རྒྱུ་པའི་མན་ངག་ཀྱང་ཆང་བས་བྱུང་པར་འཕགས་པའི་སྒྲུར་ལམ་  
ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་སེམས་ཀྱི་སྟོན་འགྲོའི་སྟོང་པ་བྱས་པས་བྱན་མོང་དུ་སེམས་ཀྱི་སྒྲིག་  
སྒྲིབ་འདག་ཅིང་བར་ཆད་ཞི། མདོན་ཞེན་སྟོག་བྱུང་པར་དུ་ལམོར་འདས་རུ་ཤན་བྱེད་  
པས་སེམས་ཀྱི་མཆན་ཉིད་རིག་སྟོང་ཡེ་ཤེས་སུ་གྲོལ། མཐར་ཐུག་སངས་རྒྱས་ཀྱན་  
དང་གཉིས་སུ་མེད་པའི་ཐུགས་རྟོ་རྟེ་གདོད་མའི་གཞི་ཐོག་ཏུ་བྱིན་པར་བྱེད་དོ། །

གཉིས་པ་ལ་གཉིས། རྣལ་དུ་དབབ་པ་དང་། སྟོར་གཞུག་པའོ། །དང་པོ་ནི།  
ཐལ་འགྱུར་ལས། འདི་དུས་ལུས་ངག་སེམས་ཀྱི་གནད། །རྣལ་འབྱོར་ལྡན་པས་རྣལ་  
དབབ་བྱ། །ཞེས་བྱུང་པར་ཅན་ཀྱི་སྟོན་འགྲོའི་སྟོང་པ་དེ་རྣམས་ཀྱིས་ཁམས་དང་  
འབྱུང་བ་ལ་བྱུགས་པར་གྱུར་པ་རྣལ་མ་མ་བཅོས་པའི་གཤེས་སུ་གཏན་ལ་དབབ་པའི་  
ཕྱིར། ལུས་ཀྱི་གནད་བཟང་ངན་སྤང་དོར་ལས་འདས་པ་དུར་བྱོད་ཀྱི་མི་རོ་བཞིན་  
དུ་ཅི་བདེར་གཞུག ངག་སྒྲ་བརྗོད་དང་བྲལ་བའི་གཤེས་ལ་དབྱས་ཀྱི་འགྲོ་འོང་ཅམ་  
ཡང་དལ་བར་བསྐབ། ཡིད་དུན་རྟོག་རྣམ་གཡེང་ལས་གྲོལ་བ་སྒྲིན་དེངས་པའི་ནམ་  
མཁའ་ལྟར་འཛོག་པ་སྟེ། བྱ་བ་དང་བྱེད་པ་མེད་པའི་རྣལ་འབྱོར་དང་ལྡན་པས་རྣལ་  
དུ་དབབ་པ་ལ་ཉི་ཤུ་རྩ་གཅིག་གམ། བདུན་ནམ་གསུམ་ལ་སོགས་པ་བྱ་སྟེ། དགོས་  
པ་ནི་གྲོང་གསལ་ལས། འདི་ལྟར་རྣལ་དུ་སྒྲུས་ཐབ་པ། །འབྱུང་ལ་བྱུགས་ནད་རྒྱུན་  
ཞི་བ་དང་། །འཛོན་པ་རང་གྲོལ་ཉིད་དུ་འགྱུར། །ཞེས་སོ། །

གཉིས་པ་སྟོར་གཞུག་པ་ནི། འདས་རྗེས་ལས། ཉན་ཐོས་བྱུང་སེམས་བྱོ་བོ་ཡི། །  
ལྟ་སྟངས་ཉིད་ཀྱིས་སྟོར་ཡང་གཞུག །དེས་ནི་གསུམ་པོ་སྟོར་ཆུད་ནས། །ཉམས་ལེན་  
ཉིད་ལ་བརྩོན་པར་འགྱུར། །ཞེས་དང་པོ་ཉན་ཐོས་ཀྱི་ལྟ་སྟངས་རྣམ་སྤྲང་ཆོས་བདུན་



དང་ལྷན་པས་བྱང་ཚེར་གྱི་རྟོག་པ་ལ་བཟོ་མི་འཚམས་པ་ཉིད་དུ་གཞག་གོ །  
 གཉིས་པ་བྱང་ཚུབ་སེམས་དཔའི་ལྷ་སྒྲུངས་མིག་གཉེན་གྱི་ཤིང་གང་ཙམ་དུ་རྟོན་མེད་དུ་  
 གཞག་གསུམ་པ་ཁྱོ་བོའི་ལྷ་སྒྲུངས་རྒྱང་བ་བྱུང་གྱི་དོར་སྒྲུབས་སུ་བགྱུད། མིག་སྒྲུང་  
 མིག་རྟུ་གཡོ་ཞིང་བར་སྒྲུང་ལ་བལྟ། དག་ཏུ་ཏུ་ཞེས་ཁྱོ་བོའི་གད་མོ་དང་། ཉི་ཉི་ཞེས་  
 ཁྱོ་མོའི་རྒྱངས་སུ་བརྟེན་པའི་དང་ནས་སྒྲུང་བའི་རྒྱན་ལུགས་གཉིབ་པའི་བརྟུལ་ལུགས་  
 ལ་རྩལ་སྒྲུང་ངོ་། །དགོས་པ་ནི་གློང་གསལ་ལས། ཉན་ཐོས་ཞི་བའི་ལྷ་སྒྲུངས་ཀྱིས། །  
 ལུས་དག་ཡིད་གསུམ་རྣལ་དུ་ལེབས། །བོ་རྟེ་ས་རྟེ་ལྷ་སྒྲུངས་ཀྱིས། །རྣལ་ལེབས་  
 བདེ་བ་ཉིད་ཐོབ་འགྱུར། །ཁྱོ་བོ་ཉིད་གྱི་ལྷ་སྒྲུངས་ཀྱིས། །རྣལ་ལེབས་ཡོན་ཏན་གསུམ་  
 ཡང་འགྱུབ། །ཅེས་སོ། །ཡི་གེ་རྫིང་པ་དག་ལ་རྣམ་སྒྲུང་ཚེས་བདུན་ལས་ཐ་དད་པའི་  
 མིག་སྒྲུ་རྩེར་གཉོད་པ་དང་། བྱང་སེམས་ལྷ་སྒྲུངས་ཞི་བར་མི་གནས་པ་སོགས་སྒྲུང་  
 པ་དོལ་རྒྱགས་སོ། །

གཉིས་པ་དངོས་གཞིའི་ཁྱིད་ཚུལ་ལ་གཉིས་ལས། དང་པོ་སྒྲུབ་ཞེའི་ས་བོན་  
 འདེབས་གྱིང་སྒྲུར་ལམ་སྒྲོམ་པའི་སྟོན་དུ་བསྒྲུབ་ཕྱིར་དབང་གི་དཀྱིལ་ལ་ཁོར་ཆེན་བོར་  
 འཇུག་ཅིང་སྒྲིན་པར་བྱེད་པའི་བྱ་བ་རྣམས་གནས་སྐབས་འདི་ཉིད་དུ་དོན་གྱིས་ཐོབ་  
 པ་ཡིན་ལ། ཁྱིད་གྱི་བྱ་བ་མཐར་ཕྱིན་ནས་དབང་བསྒྲུར་བ་སོགས་དོན་ལ་མི་གནས་  
 གྱིང་། རྒྱུད་དོན་གཟིགས་པའི་སྒྲུན་སྒྲུར་ཡང་མི་མཛེས་པ་ཉིད་དོ། །

གཉིས་པ་ལའང་ངེས་ཚིག་གི་གོ་ནས་དོ་རྩེ་སྒྲིང་པོ་སྒྲུན་མེད་པའི་ཐེག་པ་འདི་  
 འབྲས་བུ་ལམ་དུ་བྱེད་པ་སངས་རྒྱས་པའི་ལམ་ཐམས་ཅད་གྱི་དངོས་གཞི་ཡིན་པའི་རྒྱ་  
 མཚན་དང་། འབྲས་བུའི་ངོ་བོ་རིག་ཐོག་རྟེན་སྒྲུད་པའོ། །

དང་པོ་ནི། གཞི་ཡིན་ལ་དངོས་མ་ཡིན་པ་ལྟ་ཁང་མཐོང་ཡང་རྟོན་གསུམ་མ་མཐོང་  
 བ་ལྟ་བུ་ཟབ་གསལ་དང་། སྒྲུང་སྒྲིང་ལ་སོགས་པ་གཅིག་ལ་གཅིག་འབྲེལ་གྱི་ཚིག་



ཅམ་ལ་ལྟ་སྒྲོམ་ཡིན་པར་ཡིད་བརྟན་འཆའ་བའང་མ་ཡིན། དངོས་ཡིན་ལ་གཞི་མ་  
 ཡིན་པ་རྟོན་གསུམ་མ་མཐོང་ཡང་མཚན་ཉིད་གཏན་ལ་ཕེབས་པ་མུ་བཞིའམ། མཐའ་  
 བརྒྱད་སྒྲོམ་བྲལ་རྟོག་དཔྱད་ཀྱིས་གོ་ཡང་སྤྱོད་ཐོག་ཏུ་མ་ཆགས་པའི་བྲལ་པ་ཡང་  
 མ་ཡིན། དངོས་དང་གཞི་གཉིས་ཀ་མ་ཡིན་པ་འབྲུལ་སྤང་དང་གྲུ་མུ་ནི་གང་ཡང་  
 མ་མཐོང་བ་ལྟ་བུ་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་བཞིན་མེད་དོ་ཞེས་ཡིད་དཔྱད་ཅམ་གྱིས་ལམ་  
 དུ་བྱེད་པ་ལས་རང་བཞིན་མེད་པའི་ངོ་བོ་བཅར་ཐོག་ཏུ་ངོ་མ་འབྱོད་པས་འཆི་ཁར་  
 ཐམ་ལ་དུ་ལུས་པའི་གྲུབ་པའི་མཐའ་མ་ཡིན་པར། འདི་རང་བཞིན་ཚོགས་པ་ཆེན་  
 བོ་སྤྱོད་ཐིག་གི་ལྟ་བ་དངོས་དང་གཞི་གཉིས་ཀ་ཡིན་པའི་ངོ་བོ་རྟོན་པའི་གནས་ཚུལ་  
 ཇི་བཞིན་པ་གཏན་ལ་ཕེབས་པ་དང་འདྲ་བ་ལྟ་སྒྲོམ་ཡིན་སྒྲུམ་ལ་རག་མ་ལུས་པར་  
 རང་གྲོལ་མངོན་སུམ་པར་སྟོན་པའོ། །

གཉིས་པ་ལ་གཉིས། དབང་བོ་རྣམ་པོ་སྒྲོམ་དུ་མེད་ཀྱང་ལ་བསྐྱབས་བས་གྲོལ་བ་  
 བྱེད་ཆོད་ཀྱི་གདམས་པ་དང་། བརྩོན་འགྲུས་ཆེན་པོས་ཐོད་ཀྱི་ལ་དུ་སྒྲོམ་པ་སྒྲུ་  
 གསུམ་ལམ་སྤང་ལ་གྲོལ་ཏེ་ཐུང་བོ་ལྟག་མེད་དུ་བྱུང་ན་འདྲ་ཚུལ་ལོ། །

དང་བོ་ལའང་དབང་བོའི་བྱེད་པར་གྱི་ངོ་སྤྱོད་ལུགས་གཉིས་ལས། དང་བོ་བྱུན་  
 མོང་བ་ནི། དད་པ་དང་ལྡན་པས་སྤྱོད་ཐིག་གི་གདུལ་བྱ་ཡིན་ཡང་རྣམ་པར་ཤེས་པ་  
 རྟོག་ཏུ་གྱུར་པའི་རིགས་ཅན་རྣམས་ལ་ནི་ངོ་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་ལས། ཞེ་མ་རྟོ། སྤང་བ་  
 སེམས་སུ་ངོ་སྤྱོད་པས་སེམས་ལ་བྱན་ཚུད། སེམས་ཉིད་སྤྱོད་པར་ངོ་སྤྱོད་པས་སྤྱོད་  
 པ་བདེ་བས་རྒྱས་གདབ། སྤྱོད་པ་རིག་པར་ངོ་སྤྱོད་པས་རིག་པ་ཉིད་དཔྱེད་མེད་དང་  
 གཉིས་སུ་མེད་པ་དེ་ཁོ་ན་ཆོས་སྤྱོད་ཞེས་པ་ལྟར། སྤང་བ་སེམས་ཀྱིས་བཅོས་པར་  
 ངོ་སྤྱོད་པས་བདེན་འཛིན་རང་རྒྱུད་པ་ལྟོག། དེ་ལྟར་བཅོ་བྱེད་ཀྱི་སེམས་སྤྱོད་པར་  
 སྤྱོད་པས་བྱི་ཡུལ་དོན་དུ་ཞེན་པ་སྤྱོད། སྤྱོད་པ་རིག་པར་ངོ་སྤྱོད་པས་ཆོས་ཉིད་ཆད་



ལྟར་མི་གོ་ལ་བའི་གནད་ཅམ་ལ་ཁ་དྲངས་ཏེ་བྲིད་པའོ། །དེ་ནི་སྤྲིང་ཐིག་གི་དགོངས་  
 བའི་ཕྱོགས་ལ་ཉེ་བ་མ་ཡིན་པར་ད་གདོད་གོ་སྟེ་རང་ཤར་ལས། སྤང་བ་སེམས་ཀྱི་  
 རྣལ་འབྱོར་ནི། །ཐམས་ཅད་ང་ཡི་སེམས་ལས་བྱུང་། །སེམས་ཉིད་རྫོགས་ན་ཅི་བྱར་  
 ཡོད་། །དེ་སྐད་ཀྱན་ཏུ་བཞུགས་པ། །ང་ཡིས་གོ་ལ་བར་མ་བཤད་དོ། །ཞེས་  
 གསུངས་པ་སྟེ། གཞན་དུ་སེམས་དོན་དམ་དུ་མེད། ཀྱན་རྫོགས་ཏུ་ཡོད་པར་བཏགས་  
 རས་ལྟ་སྒྲིམ་དམིགས་གཏད་ཅན་ལམ་དུ་བྱེད་ཅིང་དེ་བཞིན་དུ་བྱང་འཇུག་གི་ཆོས་སྐད་  
 ཀྱང་ཡོད་པ་གཉིས་གཅིག་ལ་གཅིག་འབྲེལ་གྱི་བྱང་འཇུག་འཆོས་པ་དང་། འདིར་  
 རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་གདོད་ནས་རིག་སྟོང་མཉམ་རྫོགས་ཆེན་པོར་སྤྲར་བྱང་དུ་འཇུག་རྒྱ་  
 མེད་པ་ཐ་དད་རིས་མེད་ཆེན་པོའི་བྱང་འཇུག་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེའི་ཕྱིར་ཀྱན་མཁྱེན་  
 གྱིས། སྤང་བ་སེམས་སུ་ངོ་སྤྲད་པ་དང་། སེམས་ཉིད་སྟོང་པར་ངོ་སྤྲད་པ་མན་ངག་  
 གི་སྤྲིང་ཏིག་གི་དགོངས་པ་མ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱའོ། །མན་ངག་འགའ་ཞིག་ཏུ།  
 དེ་ལྟར་བྱང་སྤྲིད་ནའང་འོག་མ་དྲང་བ་ཅམ་ལས་ངེས་དོན་མ་ཡིན་པར་ཐག་བཅད་དོ། །  
 ཞེས་གསུངས་ལ། དེ་ལྟར་སྤང་བ་སེམས་མ་ཡིན་པའི་མངོན་སུམ་ཆད་མ་ནི། གཉིད་  
 དང་། བརྒྱལ་བ་དང་། སྒྲིམས་འཇུག་རྣམ་གཉིས་དང་། ཏྲག་ཏུ་འདུ་ཤེས་མེད་པ་སྟེ་  
 སེམས་མེད་པའི་གནས་སྐབས་ལྟར་དབུས་མཐའ་ལས་བཤད་པའི་དུས་ན་སྤང་བ་གང་  
 དུའང་མ་སོང་ཞིང་། མདང་གི་ཕྱི་ལམ་ན་ནོར་བུ་རྟེན་པའམ་དགའ་མགུར་སྤྲད་པ་ལ་  
 དགའ་བ་དང་བདེན་པར་འཛིན་པ་དེ། སེད་དུས་ཅི་ཡང་མེད་པས་དྲན་བསམ་དང་  
 སྤང་བ་དཀར་དམར་གྱོ་བྱར་བའི་རྒྱན་ལས་བྱུང་བ་ངེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེང་སང་རྫོགས་  
 པ་ཆེན་པོའི་བསྟན་པ་ཉམས་དམའ་བས་ངོ་སྤྲོད་འདི་ཁོ་ནར་ཡིད་བརྟན་འཆའ་བ་མང་  
 བའི་ཕྱིར་འདིར་ལམ་ཐད་དྲང་དུ་བསྟན་པ་ལ་རང་ཤར་ལས། མེད་གོས་རང་སྐད་  
 བཏོན་པས་གཅན་གཟན་ཐམས་ཅད་བརྒྱལ་ཞིང་སྒྲག། རྫོགས་ཆེན་རང་སྐད་སྤྲས་



པས་ཐེག་དམན་ཐམས་ཅད་བརྒྱལ། ཞེས་པ་ལྟར་རྒྱ་འབྲས་ངེས་དོན་དུ་སེམས་པའི་  
སྐལ་མེད་དང་། ཡིད་དཔྱོད་ལ་རྫོགས་ཆེན་རེ་བའི་གང་ཟག་རྣམས་ལ་ཁུ་ཞིང་ག་ཤུང་  
བར་སྤིང་ནའང་ཀུན་མཁྱེན་གྱིས་སྤང་བ་སེམས་སུ་འདོད་པ་འདི་ལོག་རྟོག་གི་སྤྱན་པ་  
ཆེན་པོ་ཡིན་པས་བསལ་དགོས་སོ། །ཞེས་གདམས་པའི་ཕྱིར་སྒྲོས་ཏེ་བཤད་ནས་  
ལམ་ལ་བྱི་དོར་བྱས་པ་ཉིད་དོ། །

གཉིས་པ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་དཔུས་ལོང་མིག་ཕྱེད་པ་ལྟར་མངོན་སུམ་བཅར་  
ཕོག་ཏུ་ངོ་སྤྲད་པ་ནི། སྒྲོབ་མ་མི་འགྱུར་དོ་རྫོའི་འདུག་སྤངས་ཕྱེད་དུ་བརྟག་ལ། རྒྱ་  
དྲིལ་དང་བཅས་བརྒྱད་པའི་གསོལ་འདེབས་སྤང་བ་འགྱུར་བའི་དབྱངས་གྱིས་བརྗོད་  
པའི་མཐར། གྱེ་ཕྱེད་གྱི་ད་ལྟའི་རིག་པ་འདི་ལ་བཅས་བཅོས་དང་སྒྲོ་བསྐྱུ་མ་ཕྱེད་པ་  
ཐད་ཀར་ཞོག་དང་། དེ་ལ་ཡོད་མེད་དང་ཕྱོགས་ཆ་མ་གྱུ་བ། སྤང་སྤོང་གི་སྤྱི་རིས་མི་  
ཕྱེད་། རྟག་ཆད་གྱི་མཚན་མ་མ་གྱུ་བ། མ་གྱུ་བ་པ་འདི་ཀའི་ངང་ལ་ལྟ་སྒྲོམ་གྱི་རྩེ་ལ་  
བས་འབད་མི་དགོས་ཤིང་། བསྐྱུམས་པ་བརྒྱུལ་བ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་པའི་ཡེ་གྲོལ་ཆེན་  
པོ་། སྒྲོས་མ་བཅོས་པའི་རང་གསལ། རྣམ་རྟོག་གིས་མ་བཟོས་པའི་ཡེ་ཤེས། ལྟ་  
སྒྲོམ་གྱིས་མ་སྤྲད་པའི་ཆོས་ཉིད། འཛོག་ཏུ་མེད་པའི་མཉམ་གཞག་རྩིས་གདབ་མེད་  
པའི་རྗེས་ཐོབ། གསལ་བ་ལ་ངོ་བོ་མེད་པ། ཡངས་པ་ལ་ཕྱུལ་བར་མ་ཤོར། ཡེ་  
བབས་རང་གནས་གྱི་དགོངས་པ་འདི་ལྟ་བུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་དང་སྐད་ཅིག་ཀྱང་  
འབྲལ་མ་མྱོང་བར་ཡོད་ཀྱང་། དེ་ངོ་མ་ཤེས་པས་རྒྱ་རང་གྲོལ་དུ་ཡོད་པ་འབྲུགས་  
པས་བསྐྱུམས་པ་ལྟར་ནང་འཛིན་པའི་སེམས་གྱིས་རྒྱ་བྱས། ཕྱི་གཟུང་བའི་ཡུལ་གྱི་  
རྟེན་བྱས། འཁོར་བ་མཐའ་མེད་དུ་འབྲུམས་པ་ཡིན་ཏེ། ད་ནི་སྤྱི་མའི་གདམས་ངག་  
གིས་རིག་པ་སྐད་ཅིག་མའི་མཚང་རིག་པ་ཅམ་ནས་ཡིན་ལུགས་གྱི་ཐོག་ཏུ་བཟོ་མི་འཆོས་  
ཤིང་། འདི་ལས་གང་དུ་འང་མ་ཡེངས། གང་དུ་འང་མི་སྒྲོམ་པར་འཛོག་པ་ནི་གདོད་



མའི་སངས་རྒྱལ་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོའི་དགོངས་པའི་མཐིལ་ལྷག་གིར་བསྟན་པ་ཡིན་ཏེ།  
 གྲོང་དུག་པ་ལས། ཏྲག་ཆད་མེད་པའི་སེམས་ཉིད་ལ། །བཟང་ངན་བྲལ་བའི་སྤང་བ་  
 ན། །སྤང་སྤང་བྲལ་བའི་དགོངས་པ་ཞེས། །ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་དང་ཡིས་བསྟན། །སྤང་  
 རྟེན་མེད་པའི་སེམས་ཉིད་ལ། །ཕྱོགས་མེད་རང་གྲོལ་སྤང་བ་ནི། །བྱུང་གཤམ་ཆེན་  
 པོའི་དགོངས་པ་ཞེས། །ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་དང་ཡིས་བསྟན། །བྱིང་ཆོད་མེད་པའི་སེམས་  
 ཉིད་ལ། །བཏང་སྟོམས་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་ནི། །ཆོགས་དུག་ལྷག་པའི་དགོངས་  
 པ་ཞེས། །ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་དང་ཡིས་བསྟན། །ཡ་ང་མེད་པའི་སེམས་ཉིད་ལ། །རེ་དོགས་  
 བྲལ་བའི་སྤང་བ་ནི། །ཡེ་བཞག་གཤེད་ལྷན་དགོངས་པ་ཞེས། །ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་དང་  
 ཡིས་བསྟན། །ཅེས་དང་། རིན་པོ་ཆེ་སྤངས་པ་ལས། གཞི་རྩ་མེད་པའི་ཆོས་ཉིད་འདི།  
 བཅུ་ལ་བཞག་པ་དོ་མཆར་ཆེ། །འགྲོ་དང་འོང་བའི་རིག་པ་ལ། །ཐུག་པ་མེད་པ་དོ་  
 མཆར་ཆེ། །ཡེ་གནས་ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས་ལ། །གཉེན་པོ་མེད་པ་དོ་མཆར་ཆེ། །ཞེས་དང་།  
 ཀུན་བྱེད་ལས། ལྷ་རབས་འདས་པའི་སངས་རྒྱལ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་། །རང་གི་སེམས་  
 ལས་གཞན་དུ་ཆོས་བཅུ་ལ་མེད། །ཇི་བཞིན་པ་ལས་འཆོས་པར་བྱེད་མ་མྱོང་། །ཉིང་  
 འཛིན་རྣམ་པར་རྟོག་པ་སྒྲིམ་མ་མྱོང་། །རང་སེམས་མི་རྟོག་པ་ཡིས་འགྲུབ་པ་ཡིན། །  
 ད་ལྟར་བཞགས་དང་སྤྲད་ཀྱི་འབྱོན་པ་ཡང་། །རྟོག་མེད་མཉམ་པ་ཉིད་ཀྱིས་འགྲུབ་  
 པར་འགྱུར། །ཞེས་ཐེག་པ་འདིའི་ལུགས་ལ་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་དང་པོ་ཉིད་ནས་རང་གྲོལ་  
 ཆེན་པོར་ཡོད་པ་དེ་ཉིད་ངོ་ཤེས་པ་ལ་རིག་པར་གྲགས་པའི་རྒྱན་བསྐྱངས་པས། བཅོན་  
 ཐབས་ཉིད་དུ་སངས་རྒྱལ་པའི་བྱིར་ལམ་གཞན་ལས་སྤུར་བ་ཡིན་ནོ་ཞེས་སྒྲོ་བ་བསྐྱེད།  
 ཞུར་ལ་དོགས་པ་བསལ་ཞིང་གགས་སྒྲོལ་བ་ནི། དེ་ལྟར་གནས་ལུགས་རང་གནས་  
 ཆེན་པོའི་རྒྱན་བསྐྱངས་པའི་ཆེ་རིག་པ་དེའི་ངོ་བོ་སྤྲོད་པར་འདུག་སྟུང་ན། སྤྲོད་པར་  
 འདོགས་མཁན་སྒྲོ་ཡིན། སྒྲོ་ལ་གཏད་སོ་ཡོད། གཏད་སོ་དང་བཅས་པའི་བསམ་



གཏན་གྱིས་འཆང་མི་རྒྱ་བའི་ཚུལ། མེད་གོ་རྩལ་ཚྲོགས་ལས། བསམ་གཏན་  
 བསྐྱེད་པས་ཆོས་ཉིད་དོན་མི་མཐོང་། །རང་སྣང་ཉིད་འཛིན་བསམ་བའི་ཕྱོགས་  
 དང་བྲལ། །སྤྱོད་པས་ཆོས་ཉིད་ནམ་མཁའི་མཐའ་དང་མཉམ། །དམིགས་པ་དག་  
 གི་ཡུལ་ལ་འཛིན་རྟོག་མེད། །མཐའ་བཞི་བྲལ་བའི་སངས་རྒྱས་རང་རིག་ཡིན། །  
 ཡོད་མེད་མཐའ་ལས་འདས་པ་ཆོས་ཀྱི་སྒྲ། །ཞེས་སྣང་ཉིད་ལ་དེར་འཛིན་གྱི་སྒྲིབ་  
 བྱེད་མཐའ་གྲོལ་ཆེན་པོར་སྤང་ཐབས་བཤད་པ་ཡིན་ནོ། །ཡང་ཡོད་མེད་མཐའ་ལས་  
 འདས་པའི་ངོ་བོའི་བཞུགས་ཚུལ་འདི་ལྟ་བུ་ཞིག་གོ་སྟམ་བའི་ངང་དུ་གདེང་འཆའ་ནའང་  
 དེ་ཀ་དེས་ཤེས་གྱིས་བཅིངས་པའི་རང་སའི་སྒྲིབ་པ་རྣམ་པོ་ཆེ་ཡིན་ཏེ། བྱུང་ཆེན་  
 ལས། ལྟ་མཐའ་མེད་པར་རྩོལ་བ་གང་ཡིན་པ། །བྱ་ཡོང་ནམ་མཁའི་མཐའ་འཆོལ་  
 འདྲ་སྟེ་རྟེན་པ་མིན། །མི་རྟེན་དོན་འདི་ཉིད་ལས་སྤྱད་བཅོས་སྤྱུ་མེད། །ཤེས་བྱ་  
 སྤྱོད་མེད་འདི་ལ་མཐའ་མ་མི་སྤྱིད་དོ། །ཞེས་བཤད་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་རྟོག་པར་ཤར་  
 བས་དགོ་མི་དགོ་གཟུགས་སྣང་ལ་སོགས་པ་དབང་པོ་དུག་གི་ཡུལ་གང་དུ་ཤར་ཡང་  
 དེ་ལ་ཆེད་དུ་འཛིན་པ་མ་ཡིན་མོད་ཀྱི། ཡིད་དཔྱོད་ཐེག་པ་ལྟར་སྣང་ཉིད་མེད་དགག་  
 དང་མ་ཡིན་དགག་ལ་སོགས་པའི་སྤྱི་ཆོས་ཀྱིས་ཡུལ་སྣང་ཆེད་དུ་བཀག་པ་ཅམ་གྱིས་  
 འཆང་མི་རྒྱ་བའི་ཚུལ་ཀྱན་བྱེད་ལས། ཀྱན་བྱེད་རྒྱལ་པོས་བྱས་པ་མི་ཆ་བར། །དབང་  
 པོ་དུག་ལ་ཡུལ་དུག་སྣང་བ་ལས། །སྤྱུག་བསྐྱེད་མཐོང་ནས་དབང་པོ་འགོགས་པར་  
 བྱེད། །དེས་ནི་ཀྱན་བྱེད་བྱས་པ་མི་ཆ་བས། །སྒྲེ་འགག་བྲལ་བའི་འབྲས་བུ་དེ་ལ་  
 མེད། །ཅེས་སོ། །དེ་ལྟར་སྣང་བ་དང་སྣང་ཡུལ་མ་བྱེད་པ་སེམས་ཅམ་རྣམ་བདེན་  
 དྲི་བཅས་སྤྱི་ཆེ་བ་མ་ཡིན་ནམ་ཞེན། དཔེར་ན་རི་མཐོང་བའི་སྐད་ཅིག་མ་དང་པོར་  
 རིའོ་སྟམ་པ་ནི་སོ་སྒྲེའི་ལམ་ལ་མི་སྒྲེ་བའི་དབང་མེད་ཀྱང་། སྐད་ཅིག་མ་གཉིས་པར་  
 རིའི་རང་བཞིན་ལ་དཔྱོད་པའི་སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གི་རྩལ་ཚྲོགས་པས་རིའི་རྣམ་



རྟོག་རང་ཡལ་རྗེས་མེད་དུ་སོང་ལ། དེའི་ཆོ་རིའི་སྤང་ཆ་མ་འགགས་ཀྱང་དེར་འཛིན་  
 མེད་པའི་ཆོས་ཉིད་ལ་གནས་པ་ཉིད་གོམས་པར་གྱུར་པ་ལ་ཤར་གྲོལ་དུས་མཉམ་དུ་  
 དག་ནས་སྤང་སེམས་འདྲེས་པ་རང་བཞིན་རྟོགས་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་མ་ནོར་པ་སྟེ་རིག་  
 འཛིན་དགའ་རབ་དོ་རྗེས། ཤར་བའི་དུས་ན་མཉམ་ཤར་བཟང་ངན་མེད། །གྲོལ་  
 བའི་དུས་ན་མཉམ་གྲོལ་བཟང་ངན་མེད། །ཅེས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་ཁམས་ཀྱི་དྲི་མ་སྤང་  
 དོར་གྱི་ངལ་དུབ་དང་བཅས་པས་སྤང་བར་མི་སྟོས་ཤིང་། བསྐྱང་ཉམས་ཀྱི་འདུ་ཤེས་  
 དམ་པོས་བགྱིས་པ་ཟག་པ་དང་བཅས་པའི་ཚུལ་བྱིམས་ལས་ཆེས་འཕགས་པ། འདིར་  
 རང་བཞིན་ཐེག་མཆོག་རྒྱལ་པོའི་དགོངས་པ་ཐིག་ལེ་ཉག་གཅིག་ལ་ལ་རོལ་དུ་ཕྱིན་  
 པའི་ལམ་གྱི་ཐབས་སྟོན་པའི་ཕྱོགས་དང་། ཤེས་རབ་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་ཕྱོགས་ཐམས་  
 ཅད་དྲན་མཆོག་རྒྱལ་པོ་རིག་པའི་ཆོས་ཉིད་ལ་ཆང་སྟེ་བྱུང་པར་གྱིས་ཁྱེས་པའི་མདོ་  
 ལས། མི་འཛིན་པ་ནི་སྦྱིན་པ། མི་གནས་པ་ནི་ཚུལ་བྱིམས། མི་བསྐྱང་བ་བཟོད་  
 པ། མི་བརྩོན་པ་བརྩོན་འགྲུས། མི་སེམས་པ་བསམ་གཏན། མི་དམིགས་པ་ཤེས་  
 རབ་བོ། །ཞེས་པའི་ལུང་གིས་རྒྱབ་བསྟོར་ན་མཁས་པ་ལ་མཛེས་ཤིང་སྤྲོངས་པ་མིག་  
 བྱེ་བར་འགྱུར་རོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ཆོས་ཉིད་ཅོག་བཞག་རྣམ་པ་བཞིའི་ལུམས་སུ་འཇུག་  
 ཚུལ་ཡང་སྟོན་མ་སྤང་བྱེད་ལས། རི་བོ་ཅོག་བཞག་ལྟ་བུའི་ཆང་། །རྒྱ་མཚོ་ཅོག་བཞག་  
 སྟོམ་པའི་ཆང་། །སྤང་བ་ཅོག་བཞག་སྟོན་པའི་ཆང་། །རིག་པ་ཅོག་བཞག་འབྲས་བུའི་  
 ཆང་། །ཆང་བཞི་ལྟར་པའི་རྣལ་འབྱུང་དེ། །ངེས་པའི་དོན་ལ་འདྲེས་པའོ། །ཞེས་  
 ལྟ་བུ་རི་བོ་ཅོག་བཞག་གིས་ཡིན་ལུགས་བསམ་ངོ་བུལ་བར་ངོ་སྤྱད་པས་རིག་པ་རང་  
 གསལ་ཆེན་པོ་ལ་སྟོས་འཛིན་ཅུལ་དང་ཆེད་དུ་སྟོམ་པའི་གཉེན་པོ་མ་ཁྱགས་པར་རྒྱ་  
 ཡན་འཕོ་འགྱུར་མེད་པར་གཞག། སྟོམ་པ་རྒྱ་མཚོ་ཅོག་བཞག་གིས་ལུས་སྦྱིལ་མོ་  
 ཀྱང་དང་བཅས་པས་མིག་བར་སྤང་ལ་ཉ་རེ་གཏད་དེ་ཆོགས་དུག་གི་སྤང་བ་ལ་འཛིན་



པའི་བཟོ་རྒྱུ་མི་སྤྱོད་པར་རྒྱུ་མཚོ་རྒྱ་བས་ཀྱིས་མ་བསྐྱོད་པ་ལྟ་བུའི་ངང་ནས་ཤེས་པ་  
 དང་ས་སངས་ཕྱེད་དུ་གཞུགས། སྤྱོད་པ་མན་ངག་གཅོག་བཞག་གིས་སྒྲོ་གསུམ་ཐོག་  
 བབས་སུ་གྲོད་ལ་ལྟ་སྒྲོམ་གྱི་བྱ་བས་ནས་དོན་པའི་ཡེ་ཤེས་རང་གསལ་རྗེན་པར་བཅར་  
 ཐོག་ཏུ་བསྐྱེད། འབྲས་བུ་མ་བཅོས་ཅོག་བཞག་གིས་ཡུལ་ལྟ་རང་བབས་སུ་བཞག་  
 བས་ནང་དུ་རང་གསལ་རྗེན་པ་ལྟ་གཤེད་ཤར་ཏེ་རྒྱུ་ལྟ་དབྱིངས་སུ་འཆིངས་ནས། ཕྱི་  
 རོལ་དུ་བ་དང་། སྒྲིག་རྒྱུ་དང་འཇའ་ཚོན་ལ་སོགས་པ་རང་སྤྱང་དག་པའི་འོད་གསལ་  
 ཀྱང་ཐུན་མོང་གི་གསང་བ་དང་མཐུན་པར་འཆར་རོ། །མདོར་ན་གཤིས་ལ་བྱ་བ་དང་  
 གལ་བས་སྒྲོ་གསུམ་རང་བབས་ལྟན་མཉམ་ཡངས་པ་ཆེན་པོའི་གྲོད་དུ་འགག་བསྐྱེད་  
 པའི་རྒྱལ་རང་བཞིན་རྗེས་པ་ཆེན་པོ་གནད་ཀྱིས་ཆེ་བ་དོན་རྗེས་པ་ཆེན་པོ་བཅུ་  
 གཉིས་དང་། རྣམ་ཤེས་ཚོགས་བརྒྱད་དག་པར་བྱེད་པའི་ཆོག་ཆེན་པོ་བརྒྱད་ཀྱིས་  
 གཏན་ལ་དབབ་པའི་དོན་ཐད་ཀའི་ཤེས་པ་རྒྱུ་འབྲས་སྤང་སྤང་ལས་འདས་པ་ཉིད་དུས་  
 གསུམ་འཕོ་འགྱུར་མེད་པར་ལམ་དུ་འཁྱེར་རོ། །དེ་ལྟ་ནའང་ཁོ་བོའི་རིགས་བདག་  
 ཆེན་པོ་ཀུན་མཁྱེན་ངག་གི་དབང་པོས། གཤིས་དེར་ཐེབས་པའི་རྣལ་འབྱེད་པ་ཆེན་  
 པོ་རྣམས་ལ་རྒྱུ་འབྲས་དག་སྤྲིག་མེད་པ་ཐད་དྲང་དུ་བཤད་དེ་པར་དང་། བི་མ་ལ་  
 དང་། ཏེ་ལོ་བ་ལ་སོགས་པ་བཞིན་ནོ། །རང་ཅག་རྣམས་ལ་སྒྲོས་དེ་ལྟར་རྟོགས་ཀྱང་  
 གོམས་པས་ཐོག་ཏུ་མ་ཐེབས་པས། གཤིས་ལ་མི་སྒྲིག་ཅིང་ལས་འབྲས་ཆ་ཕྱ་བ་ལ་  
 འཛེམ་པ་དང་སྤྱར་ནས་བཤད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་སྒྲོ་དམན་རྣམས་ལ་བདེན་  
 པ་གཉིས་ཀྱིས་ཕྱེ་ནས་བཤད་པས་གདོད་རྟོགས་པར་འགྱུར་གྱི། དེའི་རྒྱལ་ནི་དབང་  
 པོ་རྣལ་པོ་རྣམས་ཉོན་མོངས་གང་སྤྱོད་པོས་བཟུང་སྟེ་རང་སར་བཞག་པས་ཉོན་མོངས་  
 པའི་ངོ་བོ་ཡུལ་མེད་ཅུ་བྱལ་དུ་སོང་བའི་འགྱུ་བ་གནས་དག་གི་དགོངས་པ་བསྐྱེད་ཞིང་  
 ཅུལ་སྤང་རོ། །སྒྲོ་ཆེ་བ་རྣམས་ནི་ཆོས་ཉིད་རང་ས་ནས་གྲོལ་བའི་གནད་ཀྱིས་ཉོན་



མོངས་པ་དང་རྣམ་ཏོག་གང་སྟེས་ཀྱང་དེའི་རང་བཞིན་ཚུགས་མི་བྱུང་པར་དྲ་མའི་མདུད་  
 པ་རང་གིས་གྲོལ་བ་བཞིན་ཤར་གྲོལ་རིས་མེད་དུ་སངས་པ་ལ་སྤྱར་གཉེན་པོས་གཙུན་  
 མི་དགོས་ཤིང་། སེམས་སྡེ་ལྟར་རྒྱས་མི་འདེབས་གྲོང་སྡེ་ལྟར་དབྱིངས་ལ་མི་གཏོང་  
 པར་རང་བབས་དམིགས་བསམ་ལས་འདས་པ་མན་ངག་སྡེའི་མྱོང་ཐོག་དུ་ལ་བསྐྱབས་  
 བྱའོ། །དེ་ཉིད་གོམས་པ་ན་ཀུན་བྱེད་ལས། མ་བསྐྱར་མ་སྤངས་རིག་པ་ལྟན་ཤོགས་  
 བ། །ཞེས་པ་ལྟར་རིག་པ་སྤངས་བགྱོད་མེད་པའི་ས་ལ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ས་  
 བཙུང་དང་། སྤགས་ཕྱི་ནང་གི་བསྐྱེད་ཤོགས་རྩོལ་སྤྱོད་ཀྱིས་ས་ལ་མ་སྒྲོས་སུ་སྤྱོད་མི་  
 དགོས་ཏེ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ངོ་བོ་གཅིག་དུ་བསྐྱེམས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གཉིས་པ་འོད་གསལ་ཆེན་པོ་ཐོད་ཀྱལ་གྱི་ལམ་བཤད་པ་ལ་གཉིས། བྲེགས་  
 ཆོད་ལས་འཕགས་ཚུལ་དང་། བྱད་པར་ཅན་གྱི་ལམ་དངོས་བཤད་པའོ། །དང་པོ་ནི།  
 ཀུན་མཁྱེན་ཆེན་པོས་འཕགས་ཚུལ་བདུན་དུ་བཞེད་པ་འདིར་འདོམས་ན། བྲེགས་  
 ཆོད་ཀྱིས་ས་རྩོལ་བྲག་ལ་སོགས་པ་འབྲུལ་སྤང་གི་ཡུལ་དག་པར་མི་རུས་པ་ཐོད་ཀྱལ་  
 ཀྱིས་སྤང་བ་འོད་ལྟར་བྱེད་པའི་བྱད་པར། རིག་པ་ཡེ་ནས་འོད་གསལ་དུ་གསུངས་  
 པ་དེ་བྲེགས་ཆོད་ཀྱིས་སྤོང་ལ་གསལ་བ་ཅམ་ལས་བལྟར་མེད་དུ་ཐག་གཅོད་པ། ཐོད་  
 ཀྱལ་དུ་གནད་གཙུན་པས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཐོང་ཕྱེ་སྟེ་ཆོས་ཉིད་ཟེར་གདངས་ལ་མཐོང་  
 བའི་བྱད་པར། བྲེགས་ཆོད་དུ་དབང་པོ་དུག་པ་འབྲུལ་སྤང་ལ་ཞེན་པ་སྤོང་བའི་  
 དྲངས་འཛོལ་བ་ལ། ཐོད་ཀྱལ་དུ་དག་པ་འོད་གསལ་གྱི་སྒྲོ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུད་གིས་བྱེ་  
 བས་ཕྱི་ནང་ཟང་ཐལ་གྱི་དབང་པོས་དབྱིངས་དང་ཡེ་ཤེས་འདུ་འབྲལ་མེད་པའི་སྒྲོན་  
 མ་བཞིའི་སྤང་བ་ལ་ལོངས་སྤྱོད་པའི་བྱད་པར། བྲེགས་ཆོད་དུ་རགས་པའི་ཅ་རྒྱུད་  
 ལ་བརྟེན་པས་གོགས་དང་གོལ་ས་ཤིན་དུ་མང་ལ། དེ་ལྟར་བརྟེན་ཕྱིན་ཆད་འབྱུང་  
 བའི་སྤོབས་ཆེ་ཆུང་གིས་ན་སོ་ཀན་གཞོན་ལའང་སྟོས་ཤིང་། འདི་ནི་རགས་པ་སྤང་

བྱ་ཡིན་པས་གནད་མི་གཡོ་བ་གསུམ་གྱིས་བཅིང་བ་ཙམ་ལས་དོན་དམ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྩ་  
 རྒྱུ་འཛིན་རྩོལ་ལས་འདས་པ་ལམ་དུ་བྱས་པས་རགས་ཐམས་ཅད་བཅད་ནས་ལུས་འོད་  
 གསལ་དུ་གྲོལ་བའི་ཁྱད་པར། བྱེད་མཆོད་ཀྱིས་གལ་ཏེ་སྤང་བ་ཆོད་དུ་མ་ཕྱིན་པར་  
 སྤང་བོ་ལས་གྲོལ་བར་སྤྱིད་ནའང་། ལུས་རྒྱལ་ཕྱན་དུ་དེངས་པ་ཙམ་ལས་འོད་གསལ་  
 དུ་འགྲོ་མི་སྤྱིད། འོད་གསལ་དུ་མ་སོང་ན་རེས་འགའ་བའི་སྒྱུ་ལུས་དང་བཅད་པར་གྱི་  
 སྒྲིམ་ཆེད་ལ་སོགས་པས་མཐར་ཐུག་གི་ས་མི་ཆོད་པ་དང་། སྤྱན་དང་མངོན་ཤེས་རྩ་  
 འབྱུལ་རྒྱབས་བོ་ཆེའི་བདག་ཉིད་འཕོ་བ་ཆེན་པོ་རྩོམ་པ་ཐོབ་པས་རྟེན་དེས་གཞན་  
 དོན་རྒྱབས་བོ་ཆེ་མི་འབྱུང་བའི་རྩལ་རྒྱལ་དབང་པདྨ་དང་རྒྱ་བོད་ཀྱི་གྲུབ་ཆེན་གཞན་  
 གྱིས་ཁྱད་པར་ལ་ལྟོས། མདོར་བསྟན་ཨ་ཏི་ལའང་སེམས་སྒྲོང་མན་ངག་གི་སྤྱེ་གསུམ་  
 ལས། སེམས་སྤྱེ་རང་གསལ་ཁ་འབྱམས་པ་དང་། སྒྲོང་སྤྱེ་གཞི་བྲལ་གདེང་བྱེད་པ་  
 གཉིས་ཀས་རིག་པ་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་ཞིང་། མན་ངག་སྤྱེའི་སྒྲོར་གསུམ་ལ་ཡང་  
 བར་དོར་ལྟོས་འཆར་བ་ལས་མེད་པ། འདིར་འོད་ལུས་སྤྱེ་གྲོལ་བའི་གནད་ཡོད་པས་  
 འབྱུལ་སྤང་ལ་ལམ་བྱས་ནས་མ་འབྱུལ་བའི་འབྲས་བུ་འཛོལ་བ་དག་དང་། འདིའི་  
 ཁྱད་པར་ཤེས་རབ་ཀྱི་མིག་ལྡན་རྣམས་ཀྱིས་རྟོགས་པར་བྱའོ།།

॥

གཉིས་པ་ལ་བཞི། ཐོད་རྒྱལ་སྤྱི་ལ་གཅེས་པའི་ཆེང་ས། གནད་མངོན་དུ་སྟོན་  
 པའི་ལམ། རྟགས་སྤང་བ་བཞིའི་ས་མཆོམས། མཐའ་རྟེན་གྱི་མན་ངག་དང་བཅས་  
 པའོ། །དང་བོ་ནི། ཐེག་མཆོག་རྒྱལ་བོ་འདིའི་གནད་ལ་སེམས་དང་ཡེ་ཤེས་གཉིས་  
 སྤྱེད་བྱེད་པ་ལས་སེམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་གདངས་སྒྲིམ་བུ་འབྱེའོ། །འདྲ་བ་  
 དེ་རྒྱུ་རྟ་རྟོད་ཡོང་བ་ལྟ་བུ་དང་འདྲེས་པས་རྣམ་པར་རྟོག་པ་དང་བཅས་པའོ། །དེ་ཡང་  
 སྒྲོ་བ་ན་རྩ་གྲོ་སོག་གི་སྤྱབས་ཙམ་ཞིག་རྒྱུ་གིས་གང་བ་ལས་དབྱགས་ཐམས་ཅད་  
 མཆེད་པའི་རྟེན་བྱེད་ཅིང་། དེ་ལས་རྩ་འདབ་སོ་སོར་གྱེས་པའི་རྩལ་སྒྲོ་ལྡེའི་ཡུལ་ལ་



གར་ནས་ལས་དང་ཉོན་མོངས་པའི་བྱེད་ལས་ཅན་ཏེ། ཏུར་ཁྱོད་ལུང་པོ་རོལ་པར།  
 སེམས་གྱི་ངོ་བོ་ཡེ་ཤེས་ཏེ། །དེ་ལ་གཟུང་འཛིན་ཅུལ་དུ་གར། །དབུགས་ལ་རྟ་བྱས་  
 རྒྱུན་དང་ཕྱད། །ཅེས་སོ། །ཡེ་ཤེས་ནི་ཅི་ཏྲ་གའི་སྒྲོན་མ་ནི་ངོ་བོ་རང་བཞིན་ཐུགས་  
 རྗེ་གསུམ་གྱིས་མཆོན་པར་བཞུགས་ཏེ་གནས་ལུགས་གཞིའི་སྒྲོན་མ་ཞེས་བཤེས་བུའོ། །དེ་  
 སྐད་དུ་ཐལ་འགྱུར་ལས། ཅི་ཏྲ་རིན་ཆེན་གཞལ་ཡས་ན། །ངོ་བོ་ཀ་ནས་དག་པའི་ཆ། །  
 སྒྲོང་གསལ་འདུས་པ་སྒྱུ་ཡི་གདངས། །ཞལ་ཕྱག་ཐོགས་པ་ལུམ་སྒྲིའི་ཚུལ། །ལྷན་གྲུབ་  
 འོད་གྱི་གོང་བུར་གནས། །ཐུགས་རྗེ་ཁ་དོག་སོ་སོར་གསལ། །ཞེས་འོད་གསལ་གྱི་  
 འཆར་གཞི་ཅམ་དུ་རང་བཞིན་མེད་པར་བཞུགས་པ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་འཇུག་པ་  
 ལས་ཀྱང་། སེམས་འགག་པ་དེ་སྒྱུ་ཡིས་མངོན་དུ་མཛད། །ཅེས་པ་ལྟར། རྒྱང་སེམས་  
 དེ་དག་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་སུ་གསང་སྒྲོར་མན་ཆད་གྱི་ཐེག་པ་གཞན་ལས་ཅུལ་བ་  
 དང་བཅས་པའི་བསྐྱེད་ཐོགས་གྱི་ལམ་ལ་བརྟེན་ཀྱང་རྣམ་རྟོག་དང་དེའི་ཉེ་བར་ལེན་  
 པ་བག་ལ་ཞར་བྱེད་པ་ཅམ་ལས་བྱར་མེད་གྱི་ངང་ནས་འབྱུང་བ་རང་མལ་དུ་དག་པའི་  
 གནད་ཀྱང་མ་རྟོགས་ཤིང་། སྒྲིའི་གནད་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲས་བུ་ལམ་སྒྲུང་དུ་བྱེད་  
 པའི་ཐབས་ལ་སྒྲོངས་པ་ཡིན་ནོ། །རྒྱ་མཆོན་དེས་ལུས་ངག་ཡིད་གསུམ་གྱི་དགོ་མི་  
 དགོའི་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་དགུ་ཕུགས་སུ་བཏང་ནས་རྒྱང་རིག་དལ་བའི་ཐབས་ལ་བསྐྱབ་  
 པ་ནི་གནད་གལ་པོ་ཆེ་ཡིན་ཏེ། སྒྲོང་གསལ་ལས། ཕྱི་ནང་གསང་བའི་བྱ་བ་ནི། །  
 ལུས་ངག་ཡིད་གྱི་དགུ་ཕུགས་བཏང་། །ཞེས་སོ། །དེ་ལྟར་དུར་ཁྱོད་གྱི་མི་རོ་བཞིན་  
 དུ་བསྐྱལ་བསྐྱེད་མེད་པའི་ངང་དུ་སྒྲོག་གསུམ་གྱི་བྱ་བ་བཏང་བའི་རྗེས་ཐོགས་སུ་ཡེ་ཤེས་  
 འཆར་བའི་ལམ་ངོས་ཇི་ལྟར་ཟིན་ན། སྒྲིང་ནས་མིག་ཏུ་འབྲེལ་བའི་རྩ་ཀ་ཏི་ཤེལ་གྱི་  
 སྒྲུ་གུ་ཅན་ཏེ། གསེར་ཐོང་ལས། རིན་ཆེན་རྒྱ་མཆོ་འབྲེལ་བའི་རྩ། །དཀར་འཇམ་  
 ཁོག་པ་སྒྲོང་པ་ན། །ཐིག་ལེ་བྲག་གིས་མ་གོས་པ། །ཡེ་ཤེས་ཆེན་པོ་དེ་ནས་རྒྱ། །

ཞེས་པ་ལྟར་ལུས་དང་པོ་ཆགས་པའི་དུས་ན་ཆུའི་བྱེད་ལས་ཀྱིས་ཆགས་པའི་བསྐྱེད་  
 བྱེད་ཀྱི་ཕྱི་མདུད་པ་ན་སྒྲོན་མའི་སྒྱུན་དང་། འབྱུང་བའི་སྒྱུན་གཉིས་སྒྲོན་དུ་ཆགས་  
 ནས་འབྱུང་བའི་སྒྱུན་ལས་ཕུང་པོར་གྱུ་བ་ཅིང་། སྒྲོན་མའི་སྒྱུན་ལས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་འོད་  
 སྒྲུང་གསལ་བྱེད་མིག་གི་ཨ་འབྲས་ཀྱི་དྲིལ་ན་ཅུ་བ་མེན་གྱི་རུ་འདྲ་བ་ཅུ་བ་ཕྱ་ཞིང་ཅེ་  
 མོ་ཡངས་པ་གཉིས་ཆགས་ཏེ། དེ་ལ་དཀར་ནག་བྱེད་མ་ཆུའི་རང་བཞིན་དངས་ལ་  
 གསལ་བ་བྱུང་བས་རྒྱུང་ཞགས་ཆུའི་སྒྲོན་མ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ཡང་ཞིབ་དུ་བྱེད་ཀྱི་སྒྱུན་  
 མཐེན་གྱིས། འོད་ཅུ་དག་པས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་འཛིན་ལ། དེའི་རྟེན་གྱི་འབྲུལ་  
 སྒྲུང་གི་སྒྲུང་བ་མཐོང་བས་རྟེན་དང་བརྟེན་པའི་ཆ་གཉིས་སུ་ཤེས་རབ་དང་ལྟན་པ་རྣམས་  
 ཀྱིས་རྟོགས་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ནི། སྒྲིང་ཏིག་འདི་ཉིད་ཀྱི་རྒྱུད་ལས་ཀྱང་།  
 སྒྲིང་ནས་མིག་དུ་འབྲེལ་བ་ཡིས་མེད་པའི་ཕྱི་རྒྱུང་གསལ་བ་ཆེན་པོའི་ཕྱི་རྒྱུང་གི་སྒྲུ་  
 གུ་ཅན་ཞེས་པའི་དགོངས་པར་གྱིན་དུ་འབྱོར་བ་ཡིན་ལ་རང་བྱུང་གི་སྒྲུས་རྒྱ་རྒྱུ་  
 ཀྱིས་མ་བསྐྱེད་པའི་འོད་ཅུ་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་རྟེན་འབྲེལ་ལས་ཐིག་ལེ་སྒྲུང་བའི་སྒྲོན་  
 མ་མ་བྱའི་མདོངས་ལྟ་བུ་ལ་སོགས་པ་སྒྲོན་མ་རྣམས་པ་བཞིར་འཆར་བའི་ཚུལ་རང་གར་  
 ལས། སྒྲོན་མ་རྣམས་བཞི་འདི་ལྟ་སྟེ། ཐིག་ལེ་སྒྲུང་བའི་སྒྲོན་མ་དང་། རིག་པ་  
 དབྱིངས་ཀྱི་སྒྲོན་མ་དང་། ཤེས་རབ་རང་བྱུང་སྒྲོན་མ་དང་། རྒྱུང་ཞགས་ཆུ་ཡི་སྒྲོན་  
 མ་རྣམས། ཤེས་རབ་ཅན་གྱི་ལ་གནས་པའོ། །ཞེས་སོ། །རྒྱུང་ཞགས་ཀྱི་རྟེན་ཆུང་  
 རུར་ཡང་རི་དང་ཁང་བྱིམ་ལ་སོགས་པ་ཆེན་པོ་རྣམས་སྒྲུང་བ་ནི། རྒྱུང་གི་ཆའི་ཕྱ་  
 ཞིབ་ལས་བྱུང་ལ། རྟོན་དམ་པར་འབྱུང་བ་བཞི་ལས་རྒྱུང་དང་བཅས་པ་དག་ནས་ཡེ་  
 ཤེས་ཀྱི་རྒྱུང་གི་ཆ་ལས་སྒྲོན་མ་བཞིར་སྒྲིན་ཅིང་། དེ་ཉིད་ཀྱི་བརྟེན་པའི་རང་བཞིན་  
 ཅན་སྒྲུང་བ་བཞི་པོའི་ཕྱི་རྒྱུང་གི་སྒྲུང་ནས་ཟད་པའི་ས་ལ་བསྐྱུལ་ནས་འགག་བསྐྱུལ་བའི་  
 ཚུལ་ཆོག་དོན་རིན་པོ་ཆེར། ཐོད་ཀྱིས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་དང་པོར་འཆར་དགོས། སྒྲོམ་དུས་



མ་ཞེན་དགོས། བྱིས་ཟད་དགོས་ཏེ་རིག་པ་རྒྱུད་དང་སྤྲུགས་ནས་རང་ས་ཟེན་དགོས་  
 པའི་བྱིར་ཏེ། རྒྱུད་གི་ཆ་དག་དགོས། རིག་གཏངས་ཀྱི་ཆ་འཕེལ་བ་ལས་སྤྲར་ནང་  
 དབྱིངས་སུ་ཟད་དགོས། འདིའི་དགོང་པ་རྟོགས་པར་དཀའ་བའི་གནས་ཏེ་ཁོ་བོས་  
 ཀྱང་རིང་མོ་ཞིག་ནས་སྒྲ་མའི་དྲིན་གྱིས་རྟོགས་པ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སོ། །འདིར་རང་  
 བཞིན་རྟོགས་པ་ཆེན་པོའི་འོད་གསལ་ལ་གྱི་སྤྲང་བ་བྱུང་པར་ཅན་འདི་དག་འཇམ་དཔལ་  
 སྤྱེ་འབྱུལ་དུ་བ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུད་སྡེ་ཆེན་པོ་མང་ཞིག་ནས་ཀྱང་གཏམ་པའི་ཚིག་གིས་  
 བསྟན་པ་ལ་ཅེ་རེ་ཡོང་དུ་སོང་བའི་མངོན་པའི་ང་རྒྱལ་ཅན་ཁ་ཅིག་རིག་པའི་གཤིས་  
 ལ་མ་གྲུབ་པ་ཞིག་སྟོས་བཏགས་ནས་ཀྱན་འབྱུང་གིས་བསྐྱེད་པའི་ཆོས་སོ་སྟོམ་པ་ནི་  
 ལུས་སྤྱལ་ཡིན་ཏེ། རྒྱ་བའི་གཤིས་ལ་འཕེལ་འགྲིབ་གྱི་མཆོན་ཉིད་ཡེ་ནས་གྲུབ་པ་  
 ལྟར་། རིག་པའི་གཤིས་ལ་འར་སྤྱེ་གསུམ་གྱི་མཆོན་ཉིད་གདོད་ནས་གྲུབ་སྟེ། དེ་  
 ལྟར་གྲུབ་ཕྱིན་ཆད་ཡོངས་སྤྱིའི་ཡོན་ཏན་ལམ་གྱི་སྤྲང་བ་ལ་རྩལ་རྟོགས་པའི་དུས་འདིར་  
 ཡང་མངོན་སུམ་ནས་ཆད་པེབས་གྱི་བར་རྒྱ་བ་ཉ་བའི་དཔེས་མཆོན་ལ། སྟོང་གི་རྒྱ་  
 བ་དབྱིངས་སུ་རྒྱབ་པ་ནི་ཆོས་ཉིད་ཟད་པའི་མཐར་ཐུག་ནས་ཆོས་སྤྱེ་རང་མལ་ན་ཡོད་  
 པའི་དཔེས་མཆོན་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ལ་བཞི། སྒོ་གསུམ་གྱི་གནད་སྟོན་པ། གནད་གསུམ་གྱིས་འོད་གསལ་  
 བསྟན་པ། རིག་པའི་རྩལ་དབང་བསྐྱར་ནས་རིག་ཐོག་ཏུ་ངོ་སྤྲད་པ། མཐའ་བརྟེན་གྱི་  
 མཐུག་བསྟུ་བའོ། །དང་པོ་ལ་འར་ནང་གསེས་གསུམ་གྱི་དང་པོ་རྟེན་ལུས་གྱི་གནད་  
 མ་གཟུན་ན། རྩ་གནད་དུ་མི་རྒྱུན། རྩ་གནད་དུ་མ་རྒྱུན་ན། རྒྱུད་རིག་གཉིས་གནད་  
 དུ་མི་རྒྱུན། དེ་མ་རྒྱུན་ན་འོད་གསལ་མངོན་དུ་མི་གསལ་བའི་བྱིར་ལུས་གྱི་གནད་  
 འདི་གིན་ཏུ་གཅིས་ཏེ་སྤྲིན་གྱིང་བར། ལུས་གྱི་གནད་ནི་རྣམ་གསུམ་སྟེ། །སེང་  
 གའི་རྩལ་དང་གྲུང་ཆེན་དང་། །དྲང་སྟོང་ལྟ་བུར་གནས་པར་བྱ། །ཞེས་རྣམ་པ་གསུམ་

དུ་བསྟན་པའི་ཆོས་སྐྱའི་བཞུགས་སྐྱེད་སེང་གེ་ལྟ་བུ་ནི། འགྲིང་ཚུགས་ཚོགས་པའི་  
 རྒྱུ་མཐིལ་གཉིས་མདུན་དུ་སྤྱད་པས་གཡོ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱུ་འོན། ལུས་ཀྱི་ཆ་བསྐྱེད་སེང་  
 བས་རྒྱུ་བདེ་ལུགས་སུ་རྒྱ། མགོ་རྩལ་མཛིང་པ་ལ་བསྐྱར་པས་རྣམ་རྟོག་འགག་  
 རྟོགས་ཆེ། ལག་སྟོར་གཉིས་ནང་དུ་བསྐྱེད་སེང་ཏེ་རྒྱུ་མཐིལ་གཉིས་སྤྱད་པའི་དབུས་  
 སུ་བཅུགས་པས་འགྱུར་བ་ཆ་སྟོམས་པར་བྱེད་དེ། ཀྱན་མཁྱེན་གྱིས་ཁ་ཅིག་རྒྱུ་  
 མཐིལ་ས་ལ་ཡབ་ནས་ཚོགས་པའི་འདུག་པའི་གཡས་གཡོན་གཉིས་སུ་ལག་པའི་མཐིལ་  
 ས་ལ་འཇུགས་པར་འདོད་དེ། དགོང་པ་རུང་ཟད་མ་ལོན་པར་སྒྲུང་ངོ། །ཞེས་པ་ལ་  
 དབུ་པ་འཇུག་དགོས་སོ། །ལོངས་སྐྱའི་བཞུགས་སྐྱེད་སེང་གྲུང་པོ་ཆེ་ཉལ་བ་ལྟ་བུ་ནི།  
 ལུས་བྱང་སྐྱར་བས་བདེ་དྲོད་དང་ཁམས་རྒྱས། ལྷ་མོ་གཉིས་ས་ལ་བཅུགས་པས་ཕོ་  
 མོའི་རྒྱུ་མ་འདྲི་དུ་ཆ་སྟོམས། ཐལ་མོས་ཨོལ་གོ་བརྟེན་པས་རགས་པའི་རྒྱུ་འགག་  
 རྒྱུ་བའི་སྟོར་མོའི་ཕྱིར་འཕུལ་ཏེ་བསྐྱེད་སེང་པ་ལས་བྱེད་ཆོད་ཆ་སྟོམ་པར་བྱེད་དོ། །  
 ལྷ་མོ་སྐྱའི་བཞུགས་སྐྱེད་སེང་དྲུང་སྤྱོད་ལྟ་བུ་ནི། ལུས་ཚོགས་པའི་འདུག་པས་རྩ་རྒྱུ་ཆ་  
 སྟོམས། རྒྱུ་མཐིལ་ས་ལ་ཡབ་པས་རྩའི་རྩལ་གཞོན། ལྷ་མོ་ཆོགས་དྲུང་པོར་  
 བསྐྱེད་སེང་པས་རྒྱུ་མཐིལ་ཆོས་ཉིད་དུ་རྒྱ། ལུས་བྱང་སྐྱར་བས་མེ་རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་སུ་  
 འབར། རྒྱ་ཁབས་ཡིད་ཅམ་འཐེན་ནས་སྐལ་པར་བཅར་བས་རྟོག་པ་རྒྱན་གཅོད།  
 ལག་པ་རེ་མིག་ལྟར་བསྐྱོལ་ནས་ལུས་མོར་བཀའ་ན་ཆ་བའི་ནད་སེལ། དེ་ལས་  
 མཆན་ཁུང་དུ་རེག་ན་གྲང་བའི་ནད་སེལ། ལྷ་མོ་གཉིས་ལུས་མོའི་སྤྱོད་དུ་བཞུགས་ཏེ་  
 ལག་སྟོར་བསྐྱེད་སེང་པས་སྒྲིག་མ་བཏེག་ན་ཆ་གྲང་ཆ་སྟོམས་པར་བྱེད་དོ། །དེ་ལྟར་  
 འདུག་སྐྱེད་སེང་རྣམས་གང་ཡང་ཏེ་ཅང་བསྐྱེད་སེང་ཤིང་གཙུག་པ་མ་ཡིན་པར་ཆ་ཆ་ནས་  
 རྟོད་ཆགས་པས་གོགས་མི་འཇུག་པའི་གནད་གལ་པོ་ཆེ་ཡིན་ནོ། །འདི་ལས་གཞན་  
 དུ་མཛོན་པར་བྱང་རྒྱུ་དང་མི་འགྱུར་དོ་རྗེས་མཆོན་པའི་འདུག་སྐྱེད་སེང་ཤིན་ཏུ་མང་བ་



ཞིག་ཡོད་པ་རྒྱད་ཀྱི་བུར་བགྲངས་པ་དག་གི་དགོངས་པ་ཡིན་པས་སྒྲིམ་པ་མེད་པ་རྣམས་  
ལ་འདི་ཁོ་ནས་ཆོག་གོ། དེ་ལྟ་བུའི་བཞུགས་སྐྱེད་སྒྲིམ་པ་ཡིན་ཏེ་ཁྱད་པར་བའི་ཐལ་  
འགྱུར་ལས། ཆོས་སྒྲིའི་བཞུགས་སྐྱེད་སྐྱེད་གི་ཡིས། །འབྲུལ་པའི་འཛིགས་པ་ཀུན་  
བྲལ་ནས། རྫོང་རྫོང་མིག་གིས་མཐོང་བར་འགྱུར། །ཡོངས་སྒྲིལ་རྫོང་གིས་སྒྲིའི་བཞུགས་  
སྐྱེད་ནི། །ཁྱད་ཆེན་ཉལ་བ་ལ་བརྟེན་ནས། ཆོས་ཉིད་དོན་ལ་ཡོངས་སྒྲིལ་དེ། །  
པདྨའི་སྒྲིལ་གྱིས་མཐོང་བར་འགྱུར། །སྒྲུལ་པ་སྒྲུལ་ཡི་བཞུགས་སྐྱེད་ནི། །དང་སྒྲིལ་  
ཅོག་བྲལ་བརྟེན་ནས། ཆོས་ཉིད་སྐྱེད་བར་རང་སྒྲུལ་ནས། ཆོས་ཀྱི་མིག་གིས་མཐོང་  
བར་འགྱུར། །ཞེས་སོ། །

གཉིས་པ་དག་གི་གནད་ནི་ཅ་རྒྱད་ལས། དག་ནི་བསྐྱབ་དང་གནས་པ་དང་། །  
ལ་བསྐྱབ་པ་ཉིད་བརྟེན་པར་བྱ། །ཞེས་པས། སྒྲུབ་མ་བཅད་ན་དེ་ལ་བརྟེན་ནས་རྣམ་  
རྟོག་འབྲུག་པ་དང་། ཅོད་པ་དང་བཅས་པ་དང་། བཀྲལ་པ་ལ་སོགས་ཏེ་རྣམ་པ་  
བཞིའི་སྒྲིལ་པར་འགྱུར་བས་ན་སྒྲུབ་ཅད་ལ་རིམ་པས་བསྐྱབ་པར་བྱ་ཞིང་། དེ་ཡང་  
དག་གི་སྒྲིམ་པ་ལ་གིན་ཏུ་འཐས་པའི་རིགས་ཅན་འགའ་ཞིག་དང་པོ་ལྷུང་སྒྲིལ་ལ་  
སོགས་པར་སོང་ནས་གང་ལ་ཞེན་པའི་བརྗོད་པ་དེ་ཉིད་ཀུན་སྒྲིལ་སྒྲུབ་ཆོག་གིས་སྒྲིལ་  
བར་བྱས་ནས་བརྒྱ་སྒྲིལ་བྱེ་བར་བརྗོད་ཅིང་། ཁོ་ཐག་ཆོད་དེ་བརྗོད་སྒྲིལ་མི་འདོད་  
པར་གྱུར་པ་ན་རྗེ་ཉེ་ལ་བཏང་ནས་མཐར་ཆོས་སྒྲིལ་ལ་སོགས་པའི་བརྗོད་པ་ཙམ་ཡང་  
སྐྱེད་ཏེ་ལྷགས་པ་བཞིན་དུ་གནས་པར་བྱས་པས་རྒྱུད་ལ་ཞིང་སྒྲིལ་པར་འགྱུར་ཏེ།  
གྲོང་གསལ་ལས། དེ་ལྟར་དག་གནད་སྒྲུལ་གཟུང་བ། །དག་གི་རྒྱུན་ཟད་ལྷུང་ན་  
འདའ་། །ཞེས་སོ། །

གསུམ་པ་སེམས་ཀྱི་གནད་ནི། གྲོང་གསལ་ལས། སེམས་ཉིད་ཕྱི་ཡི་མཁའ་ལ་  
གཏང་། །ནང་གི་སྒྲོན་མ་མངོན་དུ་སྤྲང་། །ཞེས་རྒྱུད་གིས་སྒྲུར་བའི་སེམས་རིག་པའི་

སྒྲིང་པོ་ཅན་དེ་ཉིད་ཕྱི་འི་ནམ་མཁའ་ལ་མདུང་ཚུགས་སུ་གཏད་པས་གཡོ་བྱེད་ཀྱི་རྒྱང་  
རབ་དྲུ་དལ་བར་གྱུར་ནས་ནང་གི་སྒྲོན་མའི་གདངས་སྒྲོང་གསལ་འདུས་མ་བྱས་པ་  
གསལ་དངས་ཕྱེད་པར་ཤར་ནས་དབྱིངས་རིག་བྱང་དུ་རྒྱུད་པར་འགྱུར་རོ། །དེ་སྐད་  
དུ་གྲོང་གསལ་ལས། དེ་ལྟར་སེམས་ཀྱི་གནད་གཟེར་བྲས། །སྒྲུ་གསུམ་རིག་པ་སྒྲོང་  
པར་འཆར། །ཞེས་སོ། །

གཉིས་པ་གནད་གསུམ་ཀྱི་འོད་གསལ་བལྟ་བུ་ལོ། ཐལ་འགྱུར་ལས། དེ་ཡང་  
སྒྲོ་དང་ཡུལ་ཉིད་དང་། །རྒྱང་དང་རིག་པའི་གནད་ཉིད་བསྟན། །ཞེས་པའི་དང་སྒྲས་  
བཅས་པ་དང་། །གཞན་དུ་ཆོག་ཟེན་དངོས་སུ་བསྟན་པས་གནད་བཞི་དང་གདམ་ང་  
ཅན་ལ། གནད་གསུམ་ཀྱི་ཆོག་སྒྲར་བྱུང་བའི། །རྒྱང་རིག་དལ་བས་ཡེ་ཤེས་འགྱུ་བ།  
ཅས་དེ་གཉིས་བྱེད་ལས་གཅིག་པའི་སྒྲོ་ནས་གསུམ་དུ་བསྐྱས་པར་བཀྲལ་གྱང་མི་འགལ་  
ལ། དེར་མ་ལྟོས་པའི་སྒྲུ་བ་ཕྱོགས་གཞན་ཡང་ཡོད་དོ། །

དེ་ལ་དང་པོ་འཆར་བྱེད་སྒྲོའི་གནད་ནི། ཅ་རྒྱུད་ལས། སྒྲོ་གནད་ལྟོག་པ་བཟུར་  
གྱིས་བལྟ། །ཞེས་ཆོས་སྒྲུ་ལ་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་སྒྱུན་ཡོད་པས་གཟིགས་སྒྲངས་བྱེན་དུ་ལྟོག་  
ནས་གཙུག་ཏྲར་གྱི་རྒྱམ་པར་བལྟས་པས་བག་ཆགས་ཐུར་ལ་སེལ་བའི་གནད། ཡོངས་  
སྒྲུ་ལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྱུན་ཡོད་པས་གཟིགས་སྒྲངས་བྱུར་ལ་གཏད་པས་འཁོར་འདས་རོ་  
མཉམ་དུ་བསྐྱེད་བའི་གནད། རྒྱལ་སྒྲུ་ལ་ཤེས་རབ་ཀྱི་སྒྱུན་ཡོད་པས་གཟིགས་སྒྲངས་  
ཐུར་ལ་བབ་པས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་དངོས་སུ་ཐེབས་པའི་གནད་ཡོད་དོ། །དེ་ལྟ་  
ནའང་སྒྲོའི་གནད་དེ་ཅམ་གྱིས་བྱང་པ་ནི་མ་ཡིན་ཏེ་གོ་དོན་གྱི་དབྱིངས་འཇལ་ན། བྱང་  
བ་ལས། རིག་པ་རྟོག་མེད་ལུ་གྱ་རྒྱུད། །བདེ་ཆེན་ཆངས་པའི་སྒྲོ་ནས་སྒྲུང་། །ཞེས་  
འཕྲོ་བ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲོས་མཆོན་ཏེ་དབུ་མའི་འོད་ཅུ་ལས་ངོ་བོའི་སྒྲོང་གདངས་འཆར་  
བ་དང་། སྒྲོ་བའི་ཅ་སྒྲུབས་ནས་ཐུགས་རྗེའི་རིགས་གདངས་འཆར་བ་སོགས་ཀྱི་



རྣམ་གཞག་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ནི་ཟླ་གཟའ་སྐར་ལས། སལ་གྱི་མིག་ཏུ་གཉིས་ལ་ལམ་  
 དུ་ངོས་བཟུང་བ་ནི་རྒྱ་རྒྱུང་བས་མ་གོ་བར་བཟད་དོ། །ཞེས་གསུངས་ལ། འོན་ཀྱང་  
 ད་ལྟའི་ཉམས་ལེན་ལ་སྒོ་གཉིས་པོས་ཆོག་སྟེ། ཅུ་བེམ་བུས་སྤྱུར་བལྟ། །ཤར་གྱི་  
 རྒྱ་སྐར་བཞིན་དུ་གསལ། །ཞེས་པས། བྱེད་བཅུ་མས་བེམ་བུས་ཉི་མ་ལ་ལྟུག་པ་ཅམ་  
 གྱིས་མ་རེག་པའི་སར་བལྟ་བ་གནད་ཡིན་ལ། སྒོའི་གནད་འབྱུངས་པའི་རྟགས་སུ་  
 མིག་ཡུལ་ལ་ཇི་ཅམ་བལྟས་ཀྱང་ཚུགས་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་འཆར་གཞི་ཡུལ་གྱི་གནད་ནི། གནས་རྒྱུ་བྲལ་མཐོ་ཞིང་དངས་སངས་  
 བྱེད་པ་ནས། དབྱར་མ་སྟོན་དང་དགུན་རྒྱུང་། དཔྱིད་ལ་སོགས་པ་ཡུལ་ན་བུན་དང་  
 དྲིའི་བཞོན་པ་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུ་རྣམས་དང་རབ་ཏུ་བྲལ་བའི་ནམ་མཁའ་གིན་ཏུ་  
 དངས་པར་ལས་དང་པོ་པས་བེར་གཉིས་དང་སྐར་ཞིང་། དབྱེངས་རིག་སྒྲིན་མཆོམས་  
 བྲལ་བ་ནས་སྔོན་རྒྱ་བདག་དང་། ཕྱི་དོ་རྩེ་ཅན་གྱི་ཕྱོགས་གལ་བར་གདོང་རབ་  
 ཏུ་དང་བས་དབང་པོའི་རྒྱུ་བྲལ་རྒྱུའི་སྒྲིན་མ་བཞག་པར་བྱ་སྟེ། གྲོང་གསལ་ལས།  
 རྒྱུ་བྲལ་གསུམ་ལ་གསལ་བར་འགྱུར། །ཞེས་དང་། སྤྱད་པ་ལས། དོན་འདི་གང་ཡིན་  
 རྣམ་མཁའ་དག་ལ་བརྟག་པར་བགྱི། །ཞེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །

གསུམ་པ་ལ་གཉིས། དང་པོ་རྒྱུང་གི་གནད་ནི། རྒྱུང་ཞེས་བྱ་བ་ནི་གྲུ་གྲུ་ཅན་ཏེ།  
 རྣམ་རྟོག་གི་བཞོན་པར་གྱུར་ནས་བདེ་བར་གསེགས་པའི་སྒྲིང་པོ་ཅན་ཡང་བསྐྱུ་བར་  
 འགྱུར་བས་ན་དེའི་རྒྱ་འགགས་པར་བྱེད་པའི་ཐབས་སུ། སྒྲིང་ཏིག་པས་རྒྱུང་སྤྱ་ནས་  
 མི་གདོང་པར་ཁ་ནས་མཆུ་སོ་གཉིས་བག་ཅམ་མ་རེག་པའི་བར་ནས་གིན་ཏུ་དལ་བུས་  
 འབྱུང་འཇུག་བྱེད་པ་བྱེད་ཆོས་ཡིན་ཏེ། བྱེད་གཞི་རྒྱུང་ནི་སྤྱ་ནས་འདྲེན་པའི་མན་  
 དག་རྣམས་ལ་ལའོར་ལོ་བཞིར་སྐྱུང་བྱའི་རྒྱུང་སྟོབས་སུ་གྱུར་པའི་གོགས་སྒྲིན་འབྱུང་  
 ཉི་ལ། འདིར་ཁ་ནས་དྲངས་པས་སྒྲོ་བའི་རྒྱུང་འགྲོ་འོང་གི་རྣམ་པ་ཅན་རང་བབས་སུ་

དག་པས་གདངས་སྒྲིང་གར་ཐིམ། སྤྱང་བྱའི་རྒྱུ་རྟོག་མ་སྤངས་རང་སར་དག འཁོར་  
ལོ་སྤོ་སྤོའི་ཡོན་ཏན་མ་བཅའ་ལྟན་གྱིས་གྲུབ་ནས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུ་འོད་གསལ་དུ་གྲོལ་  
བའི་གནད་ཡོད་ལ། དེ་ཡང་ཤེད་མ་བསྐྱེད་པའི་ངང་ནས་ཡིད་ཅམ་ཕྱིར་གནས་རིང་  
བར་བྱ་བ་ནི། གྲོང་གསལ་ལས། ཕྱི་ནང་རྒྱུ་ནི་དལ་ཞིང་མཉམ། ཡིད་ཅམ་ཕྱི་རུ་  
འདྲར་བ་ཡིས། རྒྱུ་གི་འགྲོ་འོང་ཆད་པར་འགྱུར། ཞེས་དབྱེངས་རིག་མི་འགྲུལ་  
བའི་གནད་ལ་ཤིན་ཏུ་གཅེས་པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་རིག་པའི་གནད་ནི། དེ་ལྟར་བཤད་མ་ཐག་པའི་བཞུགས་སྤངས་དང་  
གཟིགས་སྤངས་ཀྱི་བྱ་བ་བྱས་ལ། སྒྲོ་ཡུལ་རྒྱུ་གི་གནད་རྣམ་པ་གསུམ་དུ་བསྟན་  
པའི་བྱེད་པ་བྱེད་ཅིང་། བྱ་བ་དགྲ་ཕྱགས་སུ་བཏང་ནས་ཁུར་བོར་བས། སྤྱིང་པ་ཤིན་  
ཏུ་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་དྲགས་སུ། ཕྱིའི་དབྱེངས་ནས་མཁའི་གྲོང་གསལ་གོ་འབྱེད་  
པའི་དཀྱིལ་དུ་རིག་པ་ཐིམ་འགྲོ་བ་ལྟ་བུར་གཏད་པས། འོད་གདངས་སྒྲོ་རི་བ་ཤིན་  
ཏུ་དག་པ་ཞིག་ཐོག་མར་སང་ལ། དེ་ལས་སྤང་བ་མཆེད་པའི་རྩལ་དུ་འོད་ལྡེའི་  
གདངས་ཁ་དོག་ལྟ་བུ་པ་ཟ་འོག་ཁ་ཕྱེ་བ་ལྟ་བུར་གསལ་བ་ནི་ནང་གི་དབྱེངས་ཕྱི་རུ་གསལ་  
བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། རྒྱུ་ལས། དབྱེངས་ནི་ཕྱི་དང་ནང་དུ་སྟེ། ཕྱི་ནི་སྤྱིན་བྲལ་མཁའ་ལ་  
འཛིན་། རྣང་དབྱེངས་སྤྱིན་མ་དག་ཏུ་འོ། ཞེས་སོ། སྤྱིན་ཆད་ཕྱི་དབྱེངས་ནང་དབྱེངས་  
ཀྱི་གནད་འདི་གོ་དོན་ལྟོངས་པ་མ་མཐོང་བས། གྲུ་རུ་དང་པོའི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ལུང་  
འདི་བཞག་པར་བྱའོ། ཁ་ཅིག་ཕྱིའི་ནམ་མཁའ་སྤྱིན་མེད་རྒྱུ་པ་དེ་ལ་ངོས་འཛིན་  
པ་ནི་ཤིན་ཏུ་མི་རིགས་ཏེ། རྣམ་མཁའ་སྤྱེས་བུ་དང་འབྲེལ་བ་མ་གྲུབ་ལ། སྤྱིན་མ་  
སྤྱེས་བུ་ཡོད་མེད་ཀྱི་རྗེས་སུ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་རོ། འདིར་ནང་གི་ནམ་མཁའ་གདངས་  
སྒྲོ་བ་དེ་ཕྱིར་ཤར་བ་ལ་ཕྱིའི་དབྱེངས་ཞེས་བྱའོ། རེས་ན་ནམ་མཁའ་གོ་འབྱེད་འཆར་  
གཞིའི་ཆ་ཅམ་ལས་དབྱེངས་དངོས་མ་ཡིན་ནོ། རྣང་ནི་མཐིང་ཁ་ཡིན་ལ། དབྱེངས་



ནང་གི་དབྱིངས་ཏེ། དེ་ལྟར་ན་དབྱིངས་དེ་ལས་སྤང་བ་དེ་བྱུང་བར་སྤང་བས་འདི་  
གཉིས་ཕྱི་ནང་དབྱིངས་ཞེས་སོ་སོར་བཅོད་ཀྱང་འཇའ་འོད་ཀྱི་གྲུ་ཕྱི་མི་གསལ་  
བ་གསལ་བར་གོ་འཕྲོས་པ་ཅམ་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །ནང་ཚུར་ལ་བྱས་ཕྱི་ཕར་ལ་བྱས་  
པ་ལྟ་བུ་མ་ཡིན་གྱི། དེ་ལས་དེ་བྱུང་བར་སྤང་བའི་ཕྱི་ནང་དུ་ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་  
སོ། །དེ་ལྟར་ཤེས་པས་དག་པ་དབྱིངས་ཀྱི་སྒྲོན་མའི་ནང་དུ་ལས་ཀྱི་རྒྱུད་དག་པའི་  
ཆ་ལས་བྱུང་བའི་ཐིག་ལེ་སྒྲོང་བའི་སྒྲོན་མ། གོ་མའི་རྒྱལ་རྩོད་པོར་བའི་རྣམ་པས་  
མཚོན་པའི་ཐིག་རྒྱུ་འོད་ལྡེའི་མུ་བྱུད་ཅན་ལ་སོགས་པར་སྤང་ཞིང་། དེར་རྒྱུད་  
ཞགས་གཟིགས་སྤངས་ཀྱིས་གཙུན་པས་ནང་གི་རིག་པ་ཤིན་ཏུ་དངས་ལ་ཡུལ་མེད་པ་  
ཞིག་ཉམས་སུ་སྒྲོང་བ་དེ་ནི་ཤེས་རབ་རང་བྱུང་གི་སྒྲོན་མའི་ངོ་བོ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལས་  
ཡུལ་ཤེས་ཀྱི་ཤེས་རབ་རྩོད་ལ་སྤུར་བ་དང་། ཚིག་དོན་གྲོང་རྩོད་ལ་དུ་འཆར་བ་ནི་དེའི་  
རྒྱལ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལས་ལྷག་མཐོང་གི་རིག་པ་རྩོད་ཅེ་ལུ་གྲུ་རྒྱུད་མུ་ཏིག་བསྟར་ལ་བརྒྱས་  
པའམ། གསེར་གྱི་རྒྱུད་པ་ལྡིང་བ་ལྟར་སྤང་བ་ལ་ཤེས་རབ་ཀྱི་གདངས་ཞེས་བྱ་སྟེ།  
ངོ་བོ་གཅིག་ལ་ལྷོག་པ་གསུམ་གྱིས་དབྱེ་བ་ངོས་ཟིན་དགོས་སོ། །འདི་དག་མ་ཕྱིད་  
ན། ཀྱན་མཁྱེན་གྱིས་རེས་ཤེས་པ་ལ་ཤེས་རབ་རང་བྱུང་གི་སྒྲོན་མར་བཏགས། རེས་  
ནང་གདངས་ལ་བཏགས། རེས་ལུ་གྲུ་རྒྱུད་ལ་བཏགས་པས་མགོ་སྒྲོངས་པར་བཟད་  
དོ། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེ་ལྟར་མཐོང་བའི་རིག་གདངས་རྩོད་ཅེ་ལུ་གྲུ་རྒྱུད་དེ་དབྱིངས་  
དང་ཐིག་ལེའི་ར་བར་བཙུད་ནས་སྒྲོམ་པ་ནི་རིག་པའི་གནད་ཡིན་ཏེ། གྲོང་གསལ་  
ལས་། །རིག་གནད་ལུག་རྒྱུད་བཙོན་དུ་བཟུང་། །དངོས་སྤང་དལ་བ་ཉིད་ཀྱིས་རྟོན། །  
ཞེས་སོ། །འདི་དག་གི་ཆེ་འོད་སྤང་ལ་སྤུ་རེས་འབྱེད་པའི་དབྱུད་པ་མ་ཤོར་ན། ལུ་  
གྲུ་རྒྱུད་དངོས་པོར་གོ་ལ་བའི་གོགས་དང་གོ་ལ་སས་འཆིང་ལ། སྒྲོན་མའི་སྤང་བ་  
ལས་རང་གི་ཆོས་ཉིད་རང་གིས་གསལ་བ་བཞིན་དུ་ཞེན་པ་མེད་པའི་བརྟུལ་ཞུགས་

ལ་བསྐྱབ་ཅིང་། དེ་ཡང་མ་གོམས་བར་ལ་སྒྲིག་རྒྱ་གཡོ་བ་བཞིན་འགྲུལ་འབྲིགས་  
 ཅན་དུ་འཆར་བ་དེ་ཉིད་ལྟ་སྤངས་ཀྱིས་རིམ་པར་བྲིད་པ་ལ་གོམས་སྤྱི་བཅུག་པས་ནང་  
 གི་རྩ་ཁམས་རྣམས་འོད་དུ་ཇི་ཅམ་དངས་སྟོབས་ཆེ་བ་དེ་ཅམ་དུ་དབྱིངས་རིག་སྒྲིན་  
 མཆམས་བྲལ་ནས་ཡུལ་རྒྱུན་ལ་ལྟོས་པ་ཇི་ཅུང་ལ་སོང་ནས་སྤང་བ་བཞི་པོའི་ཉམས་རིམ་  
 ཀྱིས་འཕེལ་བར་འགྱུར་ལ། འདི་ནི་ཚུ་བུར་གྱི་མིག་གིས་མཐོང་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར་ཟད་  
 པའི་ས་ལ་བསྐྱོད་དགོས་སོ། །ཤེས་རབ་ཀྱིས་མིག་གིས་མཐོང་ན་གོ་རིམ་གྱི་ངེས་པ་  
 སྤངས་ནས་ཅིག་ཅར་དུ་ཟད་པར་འགྱུར་ཏེ་གང་ཟག་གི་བྱུང་པར་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །འོན་ཀྱང་དེ་གཉིས་གང་དུ་འང་མ་རེག་པའི་རྩ་བ་ཟང་བ་འགའ་ཞིག་  
 ལ་ངེས་པ་མེད་པའི་འཆར་ལུགས་ཡོད་དེ། དེ་དང་དེའི་ལམ་རྟགས་སྤྱོད་པ་མི་བྱ་  
 རྟེན། རྟོད་གཤེར་གྱི་རྒྱ་རྒྱུན་གཅིག་ལས་སྤྱི་བཅུག་ཏུ་སྤྱི་བཅུག་པར་སྒྲིན་པ་ལས་ས་རྗེ་ཀར་  
 འགྱུར་བའང་ཡོད་པའི་ཕྱིར་ཆད་མཐའ་རྟེན་གྱིས་མན་ངག་ཁོ་ནས་གཟུང་བ་གཅིས་  
 སོ།། །།

གསུམ་པ་ལ་གཉིས། རང་སྤྱང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དྲི་ཀྱིལ་ལའོར་ཆེན་པོར་འཇུག་པ་  
 དང་། གཤིས་ཐོག་ཏུ་རིག་པའི་རྩལ་དབང་བསྐྱར་བའོ། །དང་པོ་ནི་རི་རྩེ་འཇུག་གི་རྩ་  
 ཏུ་དབེན་ཞིང་མངོན་སུམ་གྱི་སྤྱང་བ་འཆར་བ་དེ་བའི་གནས་དུས་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པར་  
 ཆོགས་ཀྱི་ལའོར་ལོ་དང་གཏོར་མས་མཆོད་ཅིང་། སྤྱི་མ་ལ་གསེར་གྱི་མརྒྱལ་ཕུལ་  
 རས་གསོལ་བ་གདབ་པ་ནི། སྤྱི་མ་རྩོ་རྩོ་འཛིན་པ་ཆེ་ བདག་ནི་ལའོར་བ་ལས་  
 བསྐྱལ་ཕྱིར་ རྩོ་རྩོ་སེམས་དཔའི་གསང་ལམ་ཆེ་ རིག་པའི་རྩལ་དབང་བསྐྱར་དུ་  
 གསོལ་ ཞེས་ལན་གསུམ་གྱིས་གསོལ་བ་བཏབ་པས། དཔོན་སྟོབ་ཐམས་ཅད་འོད་  
 གསལ་གྱི་སྤྱང་བ་སྒྲིབ་གཡོགས་དང་བྲལ་བའི་བརྟུང་སྟོད་གཡོགས་བསལ་ཏེ། སྤྱི་  
 མའི་ཐུགས་ཀར་ཡི་གོ་ཨ་མཐོང་ག་གཅིག་བཀོད་པ་ལ་མིག་མི་འཇུག་པར་བལྟ་ཞིང་



སེམས་མ་ཡེངས་པའི་ངང་དུ་ཞིག་ཅིས་བརྒྱད། སློབ་དཔོན་གྱི་རྒྱ་མ་རུའི་སྒྲིང་  
 བཅས་པས་བྱིན་དབབ་པའི་མཐར། ཡིད་ལ་མེད་པ་གཅིག་དུ། སྒྲ་མས་ཕུང་དག་པོ་  
 ཞིག་བརྗོད་པའི་དེ་མ་ཐག་པར། སེམས་གང་ཡིན་ཞེས་ལན་གསུམ་རིངས་སྟབས་  
 སུ་བརྗོད་པས། སློབ་མ་ཅི་ཟེར་གཏད་པ་དང་བུལ་བའི་ཉ་ལྟ་དེ་ལུས་པའི་ཆོ། རིག་  
 པ་མ་བཅོས་པ་ལྷག་གེར་ཤར་བ་ནི། མ་མཐོང་བའི་མཐོང་བ་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་སྟེ།  
 ཆོས་སྒྲིའི་ངང་དུ་ཡེ་ཤེས་དབབ་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་ནས་འཇུག་པ་དངོས་ནི། སློབ་མ་  
 རྣམས་དང་སྤྱང་ཅོག་ཤུར་འདུག རིག་བར་སྒྲིང་ལ་རྟེན་མེད་དུ་བཞག་ནས་རང་  
 བཞིན་གྱི་ཞིང་ཁམས་ཡིད་ལ་བྱར་གཞུག་ཅིང་། ཡེ་མ་སྒྲལ་ལྡན་སེམས་ཀྱི་བྱ་གཅིག་  
 པོ་ཉོན་ཅིག ཤར་བྱུགས་ན་མངོན་པར་དགའ་བའི་ཞིང་ཁམས་མཛེས་ཤིང་ཉམས་  
 དགའ་ཡིད་དུ་འོང་བ་ན། བཅོམ་ལྡན་འདས་ཤོ་རྗེ་མི་འབྱུགས་པ་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲུ་མདོག་  
 མཐིང་ག་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན་པ་ཡོད་དོ། །ལྟོ་བྱུགས་ན་དཔལ་དང་ལྡན་  
 པའི་ཞིང་ཁམས་ཤིན་ཏུ་མཛེས་ཤིང་ཉམས་དགའ་ཡིད་དུ་འོང་བ་ན། བཅོམ་ལྡན་  
 འདས་རིན་ཆེན་འབྱུང་ལྡན་ཞེས་བྱ་བ་སྒྲུ་མདོག་སེར་པོ་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན་  
 པ་ཡོད་དོ། །རྒྱབ་བྱུགས་ན་པདྨ་བརྟེགས་པའི་ཞིང་ཁམས་ཤིན་ཏུ་མཛེས་ཤིང་ཉམས་  
 དགའ་ཡིད་དུ་འོང་བ་ན། བཅོམ་ལྡན་འདས་སྒྲིང་བ་མཐའ་ཡས་ཞེས་བྱ་བ། སྒྲུ་  
 མདོག་དམར་པོ་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་གྱིས་བརྒྱན་པ་ཡོད་དོ། །བྱང་བྱུགས་ན་ལས་རབ་  
 རྩོགས་པའི་ཞིང་ཁམས་ཤིན་ཏུ་མཛེས་ཤིང་ཉམས་དགའ་ཡིད་དུ་འོང་བ་ན། བཅོམ་  
 ལྡན་འདས་གདོན་མི་བླ་བའི་རྒྱལ་པོ་ཞེས་བྱ་བ། སྒྲུ་མདོག་ལྗང་གུ་རིན་པོ་ཆེའི་རྒྱན་  
 གྱིས་བརྒྱན་པ་ཡོད་དོ། །དེ་དག་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཡབ་ཡུམ་གཉིས་སུ་མེད་པ། ལའོར་  
 རུལ་གཅིག་སྟེང་ན་རུལ་སྟེད་གྱི་སངས་རྒྱས་ཇི་སྟེད་བཞུགས་ཤིང་། རང་རང་གི་  
 སྟོན་པ་ལ་ཆོས་ཉན་ཅིང་། རང་རང་གི་ཉེ་ལའོར་ལ་ཆོས་སྟོན་པ། རང་གི་སེམས་ཀྱི་

དམ་པ་འོད་གསལ་བ། གསང་སྒྲགས་ཀྱི་དེ་ཁོ་ན་ཉིད་སྟོན་ཏོ། །ཁུ་བྱོད་ཤར་བྱུགས་  
 ཀྱི་ཞིང་ཁམས་སུ་གྲུང་བོ་ཆེའི་ལྷ་སྒྲངས་ཀྱིས་ལྷོས་ལ། སང་གའི་མཆོངས་སྒྲངས་  
 ཀྱིས་མཆོངས་ཤིག ལྷོ་བྱུགས་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་སུ་སང་གའི་ལྷ་སྒྲངས་ཀྱིས་ལྷོས་ལ།  
 སྒྲག་མའི་མཆོངས་སྒྲངས་ཀྱིས་མཆོངས་ཤིག རུབ་བྱུགས་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་སུ་དཔལ་  
 ཀྱི་རྒྱུ་སྒྲུབས་ཀྱིས་ལྷོས་ལ། བྱུང་གི་ལྷིང་སྒྲངས་ཀྱིས་འཕུར་ཅིག བྱུང་བྱུགས་ཀྱི་  
 ཞིང་ཁམས་སུ་དོ་རྩེ་འཆང་གི་ལྷ་སྒྲངས་ཀྱིས་ལྷོས་ལ། སྒྲོག་དམར་ལུགས་སྒྲངས་  
 ཀྱིས་སོང་ཞིག ཨ་ཨ་ཨ་ཨ་ ཞེས་བྱུར་མི་ལྷོག་པའི་རྒྱས་གདབ་བོ། །དེ་ལྟར་རིག་  
 པའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་སྒྲོ་བཞིན་ས་བཅུག་པས། སྒྲོབ་དཔོན་ལྷ་དགོངས་ཅན་དང་།  
 སྒྲོབ་མ་དད་དམ་ཅན་འཛོམ་ན་ཆོ་འདིར་ཉམས་སུ་མ་ལོངས་ཀྱང་རང་བཞིན་སྒྲུལ་པའི་  
 ཞིང་དུ་དབུགས་འབྱེན་པ་གསང་སྒྲགས་འདིའི་བྱུང་ཆོས་སོ། །

དེ་ནས་ལོངས་སྒྱུའི་དཀྱིལ་འཁོར་དུ་འཕུག་པ་ནི། རྩོམ་འཁྲིལ་གྱང་གིས་འཕུག་  
 ལ། མིག་བར་སྒྲུལ་ཏུར་རེ་བ་ལས་རྒྱན་སྒྲུག་པོ་བཀོད་པའི་ཞིང་ཁམས་ཡིད་ལ་བྱུར་  
 གཞུག་ཅིང་། སྒྲུ་མས། ཨེ་མ་སྒྲུལ་ལྷན་སེམས་ཀྱི་བུ་རྒྱུ་མས་ཉོན་ཅིག དེ་དག་ཐམས་  
 ཅད་ལས་འདས་པའི་ཕ་རོལ་ན་རང་བཞིན་སྒྲུལ་པའི་སྒྱུའི་ཞིང་ཁམས་དེ་དག་མ་ལུས་  
 ཤིང་ལུས་པ་མེད་པའི་འཆར་གཞི་བདག་པོའི་བྱུང་དང་འདྲ་བ་རྒྱན་སྒྲུག་པོ་བཀོད་པའི་  
 ཞིང་ཁམས། ཡེ་ཤེས་ལུས་བྱུང་ཅིང་ཀུན་ཏུ་གསལ་བ། ཤིན་ཏུ་མཉམ་ཞིང་མི་གཡོ་  
 བ་ན་བཅོམ་ལྷན་འདས་དེ་བཞིན་གསེགས་པ་དག་བཅོམ་པ། ཟག་པ་ཟད་པ། བདེ་  
 བར་གསེགས་པ། འཇིག་རྟེན་མཁྱེན་པ། སྒྲེས་བུ་འདུལ་བའི་ཁ་ལོ་སྒྱུར་བ། སྒྲན་  
 མེད་པ། ལྷ་དང་མི་རྒྱུ་མས་ཀྱི་སྟོན་པ། ཡང་དག་པར་རྩོགས་པའི་སངས་རྒྱས་འོད་  
 དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཞེས་བྱ་བ། འཁོར་ཡང་དག་པར་རྩོགས་པའི་སངས་རྒྱས་བརྒྱ་སྟོང་  
 བྱེ་བ་དཔག་ཏུ་མེད་པས་བསྐྱོར་བ། ཆོས་ཉིད་ཤིན་ཏུ་རྒྱུ་མ་པར་དག་པ་ལ་རོལ་བ་



ཞིག་ཡོད་ཀྱིས། བུ་ཁྱོད་དེར་གྲང་བོ་ཆེའི་ལྷ་སྒྲངས་ཀྱིས་ལྷོས་ལ། མེད་གའི་མཆོངས་  
 སྒྲངས་ཀྱིས་སོང་ཞིག ཡུ་ཡུ་ཡུ་ ཞེས་སྒྲོང་བ་ཉིད་ཀྱིས་སྒྲར་ལ་མི་ལྷོག་པར་རྒྱས་  
 གདབ་བོ། །དེ་ནས་ཆོས་སྒྲུའི་དྲུལ་ལོར་དུ་གཞུག་པ་ནི། མེད་གའི་འདུག་སྒྲངས་  
 ཀྱིས་འདུག་ལ། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ན་ཡོད་པའི་སྒྲུན་ལྷ་ཁྱད་པར་ཅན་ཐོབ་པའི་རྟེན་  
 འབྲེལ་དུ། མིག་གྱེན་དང་ཐུར་དང་གཡས་གཡོན་དང་ཐད་དྲང་དུ་བལྟས་ཏེ། རིག་  
 སྒྲོང་རྟེན་པའི་ཡེ་ཤེས་གསལ་གདབ་པ་ནི། སྤྱ་མས། ཡེ་མ་སྒྲལ་ལྷན་སེམས་ཀྱི་བུ་  
 གཅིག་པོ་ཉོན་ཅིག གཟུགས་སྒྲུ་གཉིས་ལས་འདས་པའི་ལ་རོལ་ན་དེ་གཉིས་ཀའི་  
 འཆར་གཞིར་གྱུར་པ་རང་གི་རིག་པ་བསམ་ངོ་དང་བྲལ་བའི་ངོ་བོ། ཡེ་ཤེས་ཐིམ་ལ་  
 མ་རྒྱགས་པ། གང་དུ་འང་མ་ཐུང་བའི་ཆོས་ཉིད་ཆད་མེད་དཔག་ཏུ་མེད་དམིགས་སུ་  
 མེད་པ་བཞུགས་ཀྱིས། བུ་ཁྱོད་འགྲོ་ས་མེད་པའི་གཤིས་ལ་འགྲོ་མཁན་རྩ་གདར་  
 ཆོད་ལ་ཞིག་ཅིག རིག་སྒྲོང་དུ་ཤེས་པས་གནད་ཚུགས་ཤིག མ་འགགས་པར་འགྱུར་  
 བས་རྩལ་སྒྲོངས་ཤིག ཡེ་ཤེས་སུ་གསལ་བས་ལམ་སྒྲོངས་ཤིག ལྷ་ཆོགས་སུ་འཆར་  
 བ་ལ་མ་ཞེན་ཅིག བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པའི་ངང་དུ་ཡུ་ཡུ་ ཞེས་བརྗོད། དྲུལ་  
 ལོར་འདིར་དབང་ཐོབ་ནས་མ་རིག་པ་གཞི་ལ་སངས་ཏེ། རིག་པ་ཡེ་ཤེས་སུ་རྒྱས་  
 བས་མངོན་སུམ་སྒྲོམ་པ་ལ་དབང་ཞིང་། གོམས་ཤུགས་རྒྱུད་བ་རྣམས་བར་དོར་གྲོལ་  
 ལ། མཆོག་རྣམས་ཆེ་འདིར་གྲོལ་བ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ནི། སྒྲོབ་མ་རྣམས་སྒྲོ་གསུམ་བཞུགས་སྒྲངས་དང་གཟིགས་སྒྲངས་ཀྱི་  
 གནད་འཆུན་དུ་བརྩམས། འོད་གསལ་ཐོད་ཀྱི་ཆེན་པོའི་གནད་མཆོན་པར་བྱས་ལ།  
 ཀྱི་སྒྲལ་ལྷན་སེམས་ཀྱི་བུ། ཅི་ཏྲ་རིན་པོ་ཆེ་གསང་བའི་སྤྱབས་ན་ཐིག་ལེ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་  
 ས་བོན་ངོ་བོའི་ཆ་ནས་སྒྲོང་ཞིང་བདག་མེད་པ། རང་བཞིན་གྱི་ཆ་ནས་འགག་མེད་  
 དུ་གསལ་བ། ཐུགས་རྗེའི་རྩལ་ལས་སྒྲུ་དང་ཡེ་ཤེས་དབྱེར་མེད་བུམ་ནང་གི་སྒྲོན་མེ་

ལྷ་མ་གསལ་བའི་འོད་གདངས་རིན་པོ་ཆེ་ཤེལ་བྱག་ཅན་ལས་འཐོན་ཏེ་སྒྲོན་མ་བཞིའི་  
 རང་བཞིན་དུ་གསལ་བ་འདིས་དེ་བཞིན་གསེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་སྒྲུག་སུང་བྱགས་མི་  
 ཟད་པ་རྒྱན་གྱི་ལའོར་ལོའི་ཆོས་ཉིད་མངོན་དུ་མཐོང་ནས་རིག་པ་རྩལ་གྱི་དབང་ཆེན་  
 ཐོབ་པ་ཡིན་ནོ། །ཇི་ལྷ་རན། རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་འོད་དུ་གསལ་བ་ནི་རྣམ་པར་སྣང་  
 མཛད་། དེ་ཉིད་འཕོ་འགྱུར་མེད་པས་མི་བསྒྲིད་དོ་རྗེ། འོད་གསལ་འཕེལ་ཆ་དང་  
 བཅས་པས་རིན་ཆེན་འབྱུང་ལྡན། འོད་སྣང་ཆད་མེད་པས་སྣང་བ་མཐའ་ཡས། མ་  
 བཅའ་རང་ལ་རྫོགས་པས་དོན་ཡོད་གྲུབ་པ་སྟེ། རིགས་ལྡེའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་  
 ཞལ་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོས་ཉིད་ཀྱང་རིག་པ་དྲི་མེད་  
 དུ་མཐོང་བས་མེ་ལོང་། འོད་གསལ་དང་ངོ་བོ་གཉིས་སུ་མི་བྱེད་པས་མཉམ་ཉིད།  
 བྱེ་བྲག་མ་འདྲེས་པར་འཆར་བས་སོར་རྟོགས། མ་བཅའ་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པས་བྱ་  
 གྲུབ་། ཡེ་སྟོང་རྩ་བ་བྲལ་བས་ཆོས་དབྱིངས་ཏེ་ཡེ་ཤེས་རྣམ་པ་ལྡེའི་རང་བཞིན་ནོ། །  
 ངོ་བོ་འཕོ་འགྱུར་མེད་པས་དོ་རྗེ། ཡོན་ཏན་ལུན་སུམ་ཆོགས་པས་རིན་པོ་ཆེ། སྣང་  
 བ་ལ་སྒྲོན་གྱིས་མ་གོས་པས་པདྨ། དེ་གོམས་པ་ལས་ལྷག་མེད་འགྲུབ་པས་ལས་ཀྱི་  
 རིགས་། འདི་དག་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་གསེགས་ལྷལ་ཡིན་པས་དེ་བཞིན་  
 གསེགས་པའི་རིགས་སོ། །འོད་གསལ་དེ་དག་དྲི་མ་མེད་པས་དཀར་པོ། ཡོན་ཏན་  
 རྫོགས་པས་སེར་པོ། མ་བཅའ་བཞག་པས་དམར་པོ། བྱ་རྩལ་རྫོགས་པས་ལྗང་གྲ།  
 མི་འགྱུར་བརྟན་པས་མཐིང་གའོ། །རླུང་ལྷ་གནས་པའི་རྩལ་ཡང་། འོད་གསལ་  
 ཀྱི་སྣང་བ་འདི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དྲོད་དང་མ་བྲལ་བས་མེ་མཉམ་གྱི་རླུང་། །ལའོར་འདས་  
 ཀྱི་སྟོག་འཛིན་པས་སྟོག་འཛིན་གྱི་རླུང་། ལའོར་འདས་དངས་སྟོགས་འབྱེད་པས་  
 དངས་སྟོགས་འབྱེད་པའི་རླུང་། ཀྱན་ལ་སྟོམས་པར་བརྟལ་བས་བྱབ་བྱེད་གྱི་རླུང་།  
 ལའོར་བའི་སྟོག་བཅད་ནས་སྤངས་ལས་འདའ་བར་བྱེད་པས་སྟིང་རྗེ་མེད་པ་སྐལ་པ་



ལས་ཀྱི་རྒྱུ་དོ། །ཤེས་རབ་ལྡར་གནས་པའང་། འོད་གསལ་གྱི་ཆོས་ཉིད་རྟོགས་མ་  
 རྟོགས་ལས་ལའོར་འདས་སུ་འབྱེད་པས་འབྱེད་པའི་ཤེས་རབ། ཉམས་གོང་འཕེལ་  
 ལ་སོགས་ཏེ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྩལ་སྤྲོད་སྤྲོད་པས་སྤྲོད་པའི་ཤེས་རབ། ཀྱན་ལ་བྱབ་པས་  
 བྱབ་བྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ། འོད་སྤྲོད་འགྲོ་འོང་དང་བཅས་པས་བསྐྱོད་པའི་ཤེས་རབ།  
 དེ་ཉིད་རྟོགས་ན་ལའོར་བ་ལས་སྒྲོལ་བས་སྒྲོལ་བའི་ཤེས་རབ་སྟེ་ལྡོ་ཆོན་དུག་གམ།  
 འོད་མཐིང་ག་སངས་རྒྱས་རྒྱ་གྲི་ར་ཤེས་པའི་རིག་པ་གཞན་བཞི་ལའང་མཆིས་པའི་དག་  
 བྱ་དག་བྱེད་ཀྱི་མཁའ་འགྲོ་ལྡེའི་ཞལ་མཐོང་བས་ལྡོ་ཆོན་བདུན་དུ་བྱས་པའི་བདག་  
 ཉིད་རྣམས་ཀྱང་ངང་ལ་གནས་པ་ལམ་མཐར་ཕྱིན་པ་འབྲས་བུའི་ཆོས་ཉིད་དུ་གྱུབ་པའི་  
 རྩལ་ཡང་། གྲོང་གསལ་ལས། རང་བྱུང་རིག་པའི་རང་རྩལ་ལས། །སྒྲི་ལྡང་ནི་ཡེ་  
 ཤེས་ལ། །རིགས་ལྡོ་འོད་ལྡོ་རྒྱུང་ནི་ལ། །ཤེས་རབ་ལྡོ་ལ་སོགས་པར་གནས། །ཞེས་  
 སོ། །མདོར་བསྟན། དེ་ལྟར་དུ་བཞུགས་པའི་ཆོས་ཉིད་རྣམས་སྒྲོས་རྣམ་པར་བཏགས་  
 ཤིང་རྩལ་རྒྱུང་འཛིན་རྩལ་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་ལས་བྱུང་བའི་སྟོང་གཟུགས་ཤེས་ཉམས་  
 ཡིད་དཔྱོད་ཀྱི་བཏགས་པའི་སྒྲིའི་རི་མོ་ཅན་མ་ཡིན་པར། གདོད་ནས་གྱུབ་པའི་སྤྲོད་  
 ཉམས་ཆོས་ཉིད་མདོན་སུམ་མི་བསྐྱུ་བའི་བདག་ཉིད་ཅན་དུ་མཐོང་བ་ནི། སངས་  
 རྒྱས་པའི་ཆོས་ཁམས་དགོན་མཆོག་གསུམ་ལ་སྒྲ་མར་བྱ་ནས་རྒྱུད་སྟེ་རྒྱ་མཆོའི་དངོས་  
 པོ་བརྟུའམ། དེ་ཉིད་ཡོངས་སུ་རྟོགས་པའི་བར་གྱི་ལམ་དང་འབྲས་བུའི་ཆོས་ཐམས་  
 ཅད་མདོན་དུ་བྱས་པའི་རྩལ། གྲོང་དུག་པ་ལས། སངས་རྒྱས་ཆོས་དང་དགེ་འདུན་  
 བོ་ལྟེ་ཡེ་རྟོགས་རང་གི་ལུས་ལ་གནས། །ཞེས་སེམས་ཉིད་མ་ལྟུལ་བ་གཞིའི་སངས་  
 རྒྱས་། སྒྲ་ཆོག་ལས་འདས་པ་དོན་གྱི་དམ་ཆོས། གཡོ་འགྲལ་དང་བྲལ་བ་སྟོང་པའི་  
 དགེ་འདུན་ཏེ། འདུན་པས་འགྲོ་བ་དང་། ཞེ་སྤང་གིས་འགྲོ་བ་དང་། གཏི་སྐྱག་གིས་  
 འགྲོ་བའི་སྐྱབས་འགྲོ་ཉི་ཆོ་བ་ཅམ་མ་ཡིན་པར་གནས་ལུགས་དོ་རྟེན་སྐྱབས་འགྲོ་དང་

མི་འབྲུལ་བའི་ངང་ནས་སྤང་བ་བཞིའི་འོད་གསལ་ལ་སྦྱོད་ཅིང་། དེ་ལྟར་སྦྱོར་པ་འདྲ་།  
 སྦྱོར་མ་སྤང་བྱེད་ལས། ཡེ་ནས་དེ་ལྟར་ཤར་ནས་ཡོད། །སྦྱེས་བུས་ཚུལ་བས་བྱུང་  
 བ་མིན། །དཀྱིལ་ལའོར་དེ་ཡིན་ལྟ་དེ་རང་། །ཐུགས་དང་ཐུག་རྒྱ་མཆོད་པ་ད། །  
 བསྐྱེད་དང་ཚོགས་པའི་རིམ་པ་དེ། །སངས་རྒྱས་སེམས་ཅན་ལའོར་འདས་ཡིན། །  
 དབང་དང་སྒྲུལ་པ་དམ་ཚིག་ཡིན། །རང་གི་སྒྲུལ་ལྟ་ཡང་ངོ་། །ཞེས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་  
 དབྱེད་སྤང་བྱིན་ལའི་དབུས་སུ་དོ་རྩེ་ལུ་གྲུ་རྒྱུད་ཀྱི་སྤང་བ་དང་མི་འབྲུལ་བ་ཤིན་ཏུ་  
 གཅིས་ཏེ། འོར་བུ་ཕྱ་བཀོད་ལས། སངས་རྒྱས་སེམས་ཅན་ཀྱི་ཐུགས་ལ་བལྟ་བར་  
 འདོད་ན་དོ་རྩེ་ལུ་གྲུ་རྒྱུད་ཀྱི་སྦྱུ་ལ་ལྟོས་ཤིག སངས་རྒྱས་སེམས་ཅན་ཀྱི་དགོངས་པ་  
 ཐུགས་སུ་རྒྱུད་པར་འདོད་ན་དོ་རྩེ་ལུ་གྲུ་རྒྱུད་དང་མི་འབྲུལ་ཅིག ཆོས་སེམས་ཅན་ཀྱི་  
 མདོ་དང་རྒྱས་པ་ཤེས་པར་འདོད་ན་དོ་རྩེ་ལུ་གྲུ་རྒྱུད་ཀྱི་འདུག་ཚུལ་ལ་ལྟོས་ཤིག གསང་  
 བའི་ཡེ་ཤེས་སེམས་ཅན་ལ་མཁས་པར་འདོད་ན་དོ་རྩེ་ལུ་གྲུ་རྒྱུད་ཀྱི་ཟེར་ལ་ལྟོས་ཤིག  
 ལྟ་སྒྲུལ་སྦྱོད་པ་གསུམ་འདུ་འབྲུལ་མེད་པར་འདོད་ན་དོ་རྩེ་ལུ་གྲུ་རྒྱུད་ཀྱི་སྦྱུ་ལ་མ་ཡེངས་  
 ཤིག ཆོས་སེམས་ཅན་ཀྱི་གཞལ་ཡས་ཁང་འཛིན་པར་འདོད་ན་དབྱེད་སྤང་དང་རིག་  
 པའི་དོན་ཁོང་དུ་རྒྱུད་པར་གྱིས་ཤིག དོ་རྩེ་སེམས་དཔའི་གདུང་འཛིན་པར་འདོད་ན་  
 རིག་པ་དོ་རྩེ་ལུ་གྲུ་རྒྱུད་ཀྱི་སྦྱུ་དང་མི་འབྲུལ་ཅིག ཅེས་གསུངས་ལ་འདི་ལྟ་བུའི་ཆོས་  
 ཉིད་རིག་པ་མཛོན་སུམ་གྱི་དོན་མཐོང་བ་ནི་ཐོག་མའི་མགོན་པོ་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་དང་  
 སྐལ་བ་མཉམ་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། གསང་བ་སྦྱོད་པ་ལས། འདི་ལྟར་སུ་ཡིས་མཐོང་བའི་  
 མི། །ཐོག་མའི་ཀུན་ཏུ་བཟང་པོ་དང་། །སྐལ་བ་མཉམ་པ་ཁོ་ནའོ། །ཞེས་གསུངས་  
 བས། དེ་རིང་བྱོད་ཀྱིས་རྟོག་པ་ཆེན་པོ་ལེགས་པར་རྟོག་པ་རིག་པ་རྩལ་གྱི་དབང་  
 ཐོབ་པས་སངས་རྒྱས་སུམ་སྦྱོང་གི་ཞལ་མཐོང་། མངལ་གྱི་གྲོང་བྱེད་རྒྱན་གཅིད་  
 བས་ཐར་པའི་ལམ་སྤྱི་བའི་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་ན་འདྲ་བྱུང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་ས་



བཅུ་རིམ་གྱིས་བགྲོད་པས་ཀྱང་དེ་བཞིན་གཤེགས་པའི་ཁམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མཐའ་དག་  
 མངོན་དུ་མཐོང་བ་མ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། དུས་དེ་རིང་ནས་སྤང་བ་བཞིའི་ཡོན་ཏན་མཐར་  
 ཐུག་པའི་ཉམས་ལེན་ལ་བརྩོན་པར་བྱས་ཏེ། ཚེས་ཉིད་ཟད་པའི་བྱང་ཆུབ་ལ་རེག་  
 པར་གྱིས་ཤིག་ ཅེས་སྒྲོ་བའང་བསྐྱེད་དོ། །ཞར་ལ་ཉམས་ལེན་སྤང་དུ་འཇུག་པའི་ཚུལ་  
 གཉིས་ལས། དང་པོ་སྒྲོས་པ་ཅན་ཐུན་བཞིའི་རྣལ་འབྱོར་ལ་བསྐྱབ་སྟེ། གློང་གསལ་  
 ལས། དགོ་སྒྲོང་སྤང་དུ་འཇུག་པའི་ཚུལ། ཐུན་བཞིའི་རྣལ་འབྱོར་ཉིད་ལ་བསྐྱབ། །  
 ཅེས་པས། དེའང་ཐོ་རངས་དང་པོ་བླ་མའི་རྣལ་འབྱོར་སྒྲོམ། བར་པ་ལ་བྲེགས་ཚད་  
 བསྐྱང་། ཐ་མལ་བདེ་སྒྲོང་དང་གཏུམ་མོ་སྒྲོམ། རྣམ་ལངས་ནས་ཉི་ཤར་གྱི་བར་ལ་  
 ཁ་ཏོན་དང་སྒྲོམ་བཞུས་ལ་སོགས་པའོ། །ཉི་ཤར་ནས་གྲུང་གི་བར་ལ་ཐོད་ཀྱལ་བཟ།  
 གྲུང་ལ་ཐུག་དང་ཚེས་སྒྲོད་ཀྱི་རིགས་བྱ། ཕྱི་དྲོ་འང་ཐོད་ཀྱལ་སྒྲོམ། དགོང་མོ་གཏོར་  
 མ་དང་རྒྱང་འཛིན། སྒྲོད་ཐུན་དང་པོ་ལ་འཆི་བ་མི་རྟག་པ་སྒྲོམ། བར་པ་ལ་བསྐྱེད་  
 རིམ་དང་བཞུས་པ་བྱ། གྲུང་ཐུན་ལ་གཉིད་འོད་གསལ་གྱི་སྒྲུབས་སྒྲུབ། ཐམས་  
 ཅད་ལ་ཐུན་འགོར་སེམས་བསྐྱེད། དངོས་གཞི་དམིགས་པ་མེད་པ། རྗེས་བསྐྱོ་སྒྲོན་  
 གྱི་རྒྱས་ཐེབས་པ་ནི་དམ་པ་གསུམ་དང་འབྲེལ་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། མེད་ཐབས་མེད་དོ། །

གཉིས་པ་སྒྲོས་པ་མེད་པ་ནི། སྒྲོན་མ་སྤང་བྱེད་ལས། ཉིན་མཚན་ཁ་སྒྱུར་རིམ་  
 ཐེབས་བཞིན། །ཞེས་པས་འོད་གསལ་ཐོད་ཀྱལ་ཉག་གཅིག་ལ་བསྐྱབ་པ་རྣམས་  
 དང་། གནས་ལུགས་ལ་དྲོད་ཐོབ་པའི་སྒྲོད་ཡུལ་ཡིན་ཏེ། ཉིན་མོ་བྱ་བ་དགུ་ཐུགས་  
 སྒྲུབ་ཏང་ནས་བཞུགས་སྤངས་དང་མི་འབྲེལ་བས་སྒྲུ་དང་ཐིག་ལའི་གློང་དུ་རིག་པ་  
 བརྗོད་མེད་དུ་གཞག། མཚན་མོ་ལ་ཆ་གསུམ་དུ་བྱས་པའི་སྒྲོད་ལ་དྲང་སྒྲོད་གི་འདུག་  
 སྤངས་དང་བཅས་དབང་པོ་གནད་དུ་བསྐྱབ་ནི། རྟེ་བར་བདུ་དམར་པོ་འདབ་བཞིའི་  
 རྟེང་དུ་ཨ་ཐུང་དམར་པོ་རེག་བྱ་ཆ་བ་ལས་མེ་འབར། དཔུ་མ་ནས་ཡར་སོང་། རྒྱུ་

བའི་རྟོ་ལ་ཕོག་པས་ཐིག་ལེའི་ཐིགས་པས་མེའི་གསོས་བྱས། ཤིན་ཏུ་འབར། ལས་  
 དང་བག་ཆགས་བསྐྱེགས། བདེ་སྟོང་གི་ངང་ལ་བཞག དགུང་ལ་སེང་གའི་འདུག་  
 ལྟངས་དད་བཅས་ཤེས་བྱ་བུམ་པར་བསྟུ་བ་ནི། སྟོང་གི་ནང་དུ་ཨ་དཀར་པོ་ཤིན་ཏུ་  
 འཆར་བ་གཅིག་དང་། ཚངས་པའི་བྱ་གར་ཨ་དཀར་པོ་གཅིག དེ་གཉིས་ཀྱི་བར་ཨ་  
 བ་རྩུ་ཏྲེའི་ནང་ནས་ཨ་དཀར་ཤེལ་གྱི་ཕྱེང་བ་བརྒྱས་པ་ལྟ་བུ་གཅིག་ལ་གཅིག་ཐིམ་གྱི་  
 རྒྱུན་ལས་དབུ་མའི་ནང་རྒྱ་སྐར་ཉི་ལྷུར་གསལ་བ་ལྟ་བུར་སྒྲིམ་པ་ནི་གཉིད་འོད་གསལ་  
 གྱི་སྒྲུབས་སུ་སྒྲུབ་པའི་གནད་དོ། །ཐོ་རེངས་ལངས་མ་ཐག་ཏུ་ཉ་ཞེས་དབུགས་རིང་བ་  
 གསུམ་བུས་ལ་སེང་གའི་འདུག་ལྟངས་དད་བཅས་སྟེ་བོའི་ནམ་མཁའ་ལ་གཞུགས་གི་  
 ཐད་ཅམ་དུ་སྟོང་གའི་ཨ་ལས་ཨ་དཀར་པོ་གཉིས་པ་ཞིག་ཆད་དེ་ལིང་རེར་འདུག་པ་  
 ལ་སེམས་བཟུང་དོ། །དེ་བཞིན་དུ་བསམ་གཏན་བཞི་དང་འགོག་པའི་ཡེ་ཤེས་རྣམ་  
 པ་མི་རྟོག་པ་སྟེ་བའི་ཡན་ལག་རྒྱུང་ལྗེའི་ཁམས་རང་སར་ཟད་པར་བྱེད་པའི་གནད།  
 ཨ་དམར་པོ་ལ། མེ་བརྟེགས་དང་། དཀར་པོ་བཞི། རྩ་བརྟེགས་དང་། ལྗང་གུ་  
 གསུམ། རྒྱུང་བརྟེགས་དང་། སེར་པོ་གཉིས། ས་བརྟེགས་དང་། མཐིང་ཀ་ནམ་  
 མཁའ། རྒྱུང་པ་ལ་སོགས་པའང་རིམ་པར་སྒྲིམ་པས་ཨ་ནི་སྟེ་མེད་པ་ལ་གནས་པའི་  
 དོན་གྱིས། རྟོག་དབྱེད་མེད་པའདྲ་བ་དང་། དགའ་བདེའི་ཉམས་རྒྱུ་དང་འདྲ་བ་དང་།  
 དཔྱད་རྟོག་རྒྱུ་འདྲ་བ་དང་། དཔྱད་པའི་གཉེན་པོས་བཅིངས་པས་འདྲ་བ་དང་། སྤང་  
 གཉེན་རང་གི་ངོ་བོ་ཆ་དང་བཅས་པ་དག་པར་བྱེད་པའི་གནད་འདི་ནི་པརྟེན་ཆེན་པོ་  
 བི་མ་ལའི་དགོངས་པ་ཐུན་མོང་བ་མ་ཡིན་ནོ། །དེ་དག་གི་ཆོ་བོགས་སྟེད་པས་འདོན་  
 པའང་། ཉི་ཟླ་ཁ་སྟོར་ལས། བུང་བ་ལྟ་བུའི་སྟེད་པ་ཡིས། །ཆོས་རྣམས་ཀུན་གྱི་རོ་  
 བུང་བ། །རི་དྲགས་ལྟ་བུའི་སྟེད་པ་ཡིས། །འབྲུལ་བའི་རྒྱུ་གྱུར་ཡུལ་རྣམས་སྤངས། །  
 ལྷགས་པ་ལྟ་བུའི་སྟེད་པ་ཡིས། །འབྲུལ་པའི་ངག་ནི་མ་ལུས་སྤངས། །ཐི་བྱ་ལྟ་བུའི་



སྟོང་པ་ཡིས། །གསང་བ་ཐབས་ཀྱི་ཐེ་ཚོམ་བཅད། །སྟོན་ལྟ་བུའི་སྟོང་པ་ཡིས། །གཅིག་  
 ཏུ་གནས་པའི་ཡུལ་རྣམས་སྤངས། །སང་གེ་ལྟ་བུའི་སྟོང་པ་ཡིས། །འཛིགས་པའི་  
 སེམས་སྤངས་དུར་ཁྲོད་རྒྱ། །ཁྱི་ལག་ལྟ་བུའི་སྟོང་པ་ཡིས། །གཙང་དང་དམེ་བའི་  
 རྣམ་རྟོག་སྤངས། །ཞེས་ལས་དང་པོ་བ་ཐོས་བསམ་འཆོ་བ་ལ་ཞུགས་པ་བྱང་བ་ལྟ་  
 བུ་ནས། །བདེ་སྤྱད་དང་བཟང་ངན་རོ་སྟོམས་པ་རྣལ་འབྱོར་དབང་ཕྱུག་གི་སྟོང་པའི་  
 བར་རྣམ་པ་བདུན་པོ་རང་གི་རྒྱད་ཆོད་ལ་དཔགས་ཏེ་སྟོང་པས་ལྟ་སྟོམ་ལ་བོགས་ཐོན་  
 པ་ཡིན་ནོ། ། །

གསུམ་པ་སྤང་བ་བཞིའི་ས་མཆོམས་བཤད་པ་ནི། ཐལ་འགྱུར་ལས། དེ་ལས་  
 སྤང་བ་བཞིར་འགྱུར་ཏེ། །ཆོས་ཉིད་མངོན་སུམ་སྤང་བ་ཡིས། །ཡིད་དཔྱད་འཛིན་  
 པའི་ཆོག་ལས་འདས། །ཉམས་སྤང་དགོང་དུ་འཕེལ་བ་ཡིས། །འབྲུལ་པའི་སྤང་བ་  
 རུབ་པ་དང་། །བར་དོའི་ཡེ་ཤེས་མངོན་དུ་བྱེད། །རིག་པ་ཆད་ཐེབས་སྤང་བ་ཡིས། །  
 སྤྱུ་གསུམ་རྟོག་པའི་ལམ་སྤང་འདས། །ཆོས་ཉིད་ཟད་པའི་སྤང་བ་ཡིས། །ཁམས་  
 གསུམ་འཁོར་བའི་རྒྱན་ཐག་བཅད། །ཅེས་དག་བྱ་དག་འབྲས་ལས་ས་མཆོམས་བཞིར་  
 བྱང་བ་ལར་ཕྱིན་ཐེག་པའི་ལམ་ལྟ་དང་ཕྱོགས་མཚུངས་པ་ལས། །ལམ་བྱད་སྤྱར་བུལ་  
 གྱི་སྟོན་ས་ཤིང་རྟ་དང་ཉི་ཟླའི་འགྲོས་ལྟ་བུའི་བྱད་པར་ཆེ་བ་རང་བཞིན་ཐེག་མཆོག་  
 རྒྱལ་པོའི་སྤང་བ་བཞི་ལས་དང་པོ་ཆོས་ཉིད་མངོན་སུམ་གྱི་སྤང་བ་ནི། དེ་ལྟར་ཉིན་  
 མོ་ཆོས་སྤྱི་རྟོན་ཉི་མ་དང་མན་ཤེལ་བསྐབ་ཅིང་། མཆོན་མོ་ལོངས་སྤྱི་རྟོན་ཟླ་བ་  
 དང་ཆུ་ཤེལ་ལ་བསྐབ་པས། ཉིན་པར་མིག་གི་ཆ་བ་འཕེལ་བའི་གོགས་སྟོལ་ཞིང་ཆ་  
 གྲང་སྟོམས་པར་བྱེད་ལ། བྱང་རུབ་སྤྱལ་སྤྱི་རྟོན་ཨ་ལོ་ཀེ་ལ་བལྟས་པས་བརྩོན་  
 འགྲུས་ལམ་དུ་ཁྱེར་བདེ་ཞིང་དེག་དག་གྲང་བལྟ་བུའི་རྟོན་དང་མ་རེག་ཙམ་ལ་ཐོག་  
 མར་གོམས་སུ་བརྩུག་ནས། རིམ་གྱིས་འོག་དང་ཟུར་ལ་བྲིད་པར་བྱ་ཞིང་། དེ་ཡང་

དཀར་ཤས་ཆེན་གཡས། སེར་ཤས་ཆེན་གྱེན། ལྗང་ཤས་ཆེན་གཡོན། དམར་  
 ཤས་ཆེན་ཐུར། མཐིང་ཤས་ཆེན་དབུས། ལྗང་ལྗན་མཉམ་པར་ཤར་ན་རང་སྟོར་གཞག་  
 ཅིང་། ཐིག་ལའི་སྒྲིང་བ་མ་མཐོང་ན་མིག་གཉིས་མཉམ་པར་བལྟ་བ་གནད་ཡིན་ལ།  
 དེའི་ཆེ་སྒྲིང་གའི་བདེ་གསེགས་སྒྲིང་པོའི་གདངས་དབྱིངས་ཀྱི་སྒྲིང་བ་འཇའ་ཚོན་རིས་  
 དང་པོར་མཐོང་བ་ན་བཟུང་སྟེ། ཐིག་ལེ་སྒྲིང་པའི་སྒྲོན་མ་འོད་ཟླུམ། ཐིག་ཐུན་རྒྱམ་  
 བ་གསུམ་འབྲེལ་ལ་སྟགས་བ་གསལ་འགྲིབ་ཀྱི་རྒྱམ་བ་ཅན་དུ་འཆར་ལ། དེ་དག་  
 གི་གོ་མཆམས་སུ་ཉི་མ་དང་འོད་ཟེར་བཞིན་ཀ་དག་གི་རིག་པ་སྒྲིང་གསལ་བཟོད་དུ་  
 མེད་པའི་གདངས་ལྟག་མཐོང་གི་རིག་པ་དོ་རྩེ་ལུ་གུ་རྒྱུད་དུ་སྒྲིང་བ་ལ། བྱད་དང་མེ་  
 ཡོང་གི་གཟུགས་བརྒྱན་བཞིན་དངོས་དང་བདག་ཉིད་གཅིག་པ་དེ་ལས་བྱུང་འབྲེལ་བར་  
 བྱུང་བའི་ཆ་ནས་རིག་པ་དོ་རྩེ་ལུ་གུ་རྒྱུད་ཅེས་མིང་འབྲས་བུར་ཆགས་པའང་། ཤེས་  
 དགོས་ལ། གནད་འདི་མ་རྟོགས་པར་ཆོས་ཉིད་དངོས་པོར་འཛིན་པའི་སྒྲིབ་བྱེད་ལ་  
 དམ་དུ་འབྱུང་བ་དག་གིས་རྟོགས་པ་ཆེན་པོའི་བྱུང་མཐའི་ཕྱོགས་ཙམ་ཡང་ཤེས་པ་  
 མ་ཡིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་རིག་པ་དེ་རྩའི་གནད་ལ་བརྟེན་ནས་གྲོལ་བའི་རྟགས་སུ་  
 བྲ་ཞིང་འབྱོག་པའི་བྲེང་ཡོད་ལ་ཐིག་ལེ་ལ་བརྟེན་ནས་གྲོལ་བའི་རྟགས་སུ་འབྱོགས་  
 མཆམས་ལ་ཐིག་ལེ་བྲ་མོ་རུ་འབྲེལ་ཡོད་ཅིང་། རྒྱུད་གི་གནད་ལ་བརྟེན་ནས་གྲོལ་  
 བའི་རྟགས་སུ་འགོ་འོང་ཅན་དུ་ཡོད་པས་ཡན་དུ་མི་འཇུག་པར་དབྱིངས་དང་ཐིག་ལའི་  
 རུ་བར་འཇུག་པ་ལ་གོམས་སུ་བཅུག་པས་གདངས་ཀྱི་སྒྲོན་མ་རྒྱམས་རྩོལ་བ་མེད་པ་  
 རེ་གསལ་རེ་བརྟན་དུ་འགོ་ཞིང་། སྒྲོག་སུམ་རང་བབས་སུ་དལ་བས་བདེ་གསལ་མི་  
 རྟོག་པའི་ཉིང་འཛིན་དང་། རྟོག་དབྱེད་ཀྱི་ཤེས་རབ་བྱུང་པར་ཅན་འཆར་བས་ཡེ་  
 ཤེས་ཀྱི་གསུམ་ཆ་ལ་དབང་ཐོབ་པའི་འདིའི་དུས་སུ་བར་ཆད་ནའང་རང་བཞིན་སྒྲུལ་  
 བར་དབུགས་འབྱེན་པ་ནི་ཕྱིའི་དབྱིངས་སྒྲིང་གི་རྟགས་དང་པོ་ཙམ་མཐོང་བས་མ་ཡིན་



པར་ནང་དུ་ཤེས་རབ་ཀྱི་མིག་རྒྱལ་དང་བྲལ་བའི་བདེན་པ་མཐོང་བའི་གནད་ཀྱིས་  
ཡིན་ཏེ། གློང་གསལ་ལས། རིག་པ་མངོན་སུམ་མཐོང་བ་ནི། །བདེན་པ་མཐོང་བའི་  
གནད་ཀྱིས་སུ། །ཁམས་གསུམ་ལྷོག་པ་མ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་སོ། །

གཉིས་པ་ཉམས་གོང་འཕེལ་ནི། གློང་གསལ། གོང་དུ་འཕེལ་བའི་སྒྲུང་བ་  
ཡིས། །ཉམས་ཀྱི་འཕེལ་ཤོད་དཔྱེ་བ་གཅེས། །ཞེས་པས། གཞན་དུ་རྒྱུ་སེམས་  
ཀྱི་འདུ་བས་བསྐྱེད་པའི་བདེ་གསལ་མི་རྟོག་པ་དང་། དེའི་ཉམས་དུ་བ་དང་སྒྲིག་རྒྱ་  
ལ་སོགས་པ་ཤེས་ཉམས་འདག་བྱའི་རྟགས་བརྩ་ནི་སྟེའི་འཛིན་པ་དང་བཅས་པས་  
བཏང་བ་མེད་པའི་ཚུལ། གློང་གསལ་ལས། སྟོན་གྱི་རྩལ་ལྟུང་པར་བཤད། །  
ཅེས་དང་། དེ་བཞིན་སྟོད་འཇུག་ལས་ཀྱང་། དོན་དམ་སྟོ་ཡིས་སྟོད་ཡུལ་མིན། །ཞེས་  
གསུངས་པའི་ཕྱིར་རོ། །འདིར་རང་བཞིན་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་ནི། རྒྱུད་ལས། བྱང་དུ་  
སྟོང་པའི་ཉམས་ཤར་བས། །ཕྱི་རུ་གསལ་བའི་ཡེ་ཤེས་ནི། །ཞེས་ནང་དུ་ཆོས་ཉིད་  
ཀྱི་ངོ་བོ་སྟོང་པར་མཐོང་བས། དེའི་གདངས་རང་བཞིན་གསལ་བའི་ཡེ་ཤེས་ཕྱི་རོལ་  
དུ་མི་འགྱུར་བར་འཕེལ་བ་དང་། བྱང་དུ་རྩལ་འོད་དུ་དངས་པ་དང་། གསང་བར་  
ཉོན་མོངས་པ་གྲོལ་བ་མཉམ་པར་སྟོན་པས་ཡིད་དཔྱོད་ལ་རག་ལུས་ཤིང་། མི་བསྐྱ་  
བར་ངེས་པའི་ཕྱིར་སྒྲུང་ཉམས་ཞེས་བརྗོད་ལ། ཇི་ལྟར་འཕེལ་ན་རྩ་རྒྱུད་ལས། ཉམས་  
ཀྱི་སྒྲུང་བ་གོང་འཕེལ་ནི། །ཡེ་ཤེས་ཁ་དོག་ཕྱིར་བྱུང་ནས། །གྲེན་འགྲེང་དང་ནི་རྩིབས་  
ཤར་དང་། །ཐིག་ལེ་སྤྱོད་ཆོགས་སྤྱོད་ཉིད་དང་། །རགས་པར་སྒྲུང་བའི་ཡུལ་ལས་འདས། །  
ཞེས་པས་འོད་སྒྲུང་ཆེར་མཆེད་དེ་དབྱིངས་རིག་སྒྲིན་མཚམས་ལས་བྲལ་བར་གྱུར་ཏེ།  
འོད་ལྡན་རྩིབས་ཤར་དང་། གྲེན་འགྲེང་དང་། རྒྱུ་འབྱིགས་དང་། མཆོད་རྟེན་ལྟ་བུ་  
དང་། ། པདྨ་སྟོང་ལྟ་བུ། མཁར་ཐབས་དང་། མདའ་དང་མདུང་རྩེ་ལྟ་བུ་དང་། དུ་བ་  
དུ་ཕྱེད། མིག་མངས་རིས་ལ་སོགས་པ་མ་ངེས་པར་སྒྲུང་ལ། ཐིག་ལེའི་སྟོན་མ་ཡང་

སྒྲུ་མ་ཙམ་ནས་བསེ་ལུ་ཙམ་དུ་རིམ་གྱིས་འཕེལ་ཞིང་། རིག་པ་འདབ་ཆགས་  
 འཕུར་སྒྲུན་པ་དང་། རི་དྲགས་ཕྱི་བས་ལ་རྒྱག་པ་དང་། ཤར་ཁ་དལ་གྱིས་འགྲོ་བ་  
 དང་། ལུང་བ་མེ་རྟོག་ལ་ལྷིང་བ་ཙམ་དུ་དལ་ལུར་འགྲོ། མདོར་བསྟན་ན་ནི་ཙམ་གོམས་  
 པ་བརྟས་པ་ལས་འོད་སྒྲུང་རྒྱ་ཆེར་འཕེལ། རིག་པ་དལ་དུ་འགྲོ་བ་ལ་ཅུང་ཟད་གོམས་  
 པ་དང་། བར་དུ་གོམས་པའི་ཐ་སྙད་བཏགས་ཤིང་མཆོག་དུ་གོམས་པའི་ཆད་ནི་སྒྲུན་  
 མ་སྒྲུང་བྱེད་ལས། སྒྲུང་བ་ཐམས་ཅད་ཐིག་ལེ་སྤྱ། ཤར་ནས་ད་གྱིག་གིས་གནས་པ་  
 ན། མཆོག་དུ་གོམས་པའི་ཆད་ཡིན་ནོ། ཞེས་གང་དུ་བལྟས་པའི་སྒྲུང་ཐམས་འོད་  
 གསལ་གྱི་སྒྲུང་བས་ཁྱབ་ཅིང་འགྲུལ་འབྲིགས་མེད་པར་གཏན་ལ་ལེབ་པ་ཡིན་ལ།  
 དེའང་དབྱིངས་སྒྲུང་རེ་ལྟེ་ཙམ་ལ་མཆེད་དུས། ཕྱི་བས་ཤར་ལ་མདུན། བྱེན་ལ་འགྲོང་  
 ལ་ལུར། བྱ་བཞི་ལ་གཡས། ལྷ་གམ་ལ་སྒྲིང་། བྱ་གསུམ་ལ་ལུར། ལྷུ་པོ་ལ་གཡོན།  
 མཁར་ཐབས་ལ་མཉམ་པར་བལྟ་བ་གནད་ཡིན་ལ། གོམས་པ་ཆེ་ཆུང་གི་བར་ཆད་  
 པའི་གྲོལ་ཆད་གྱིས་མཆོམས་དབྱེན། དབྱིངས་རིག་སྒྲུན་མཆོམས་བྲལ་ནས་ཡེ་ཤེས་  
 བཞི་སྒྲུར་གྱི་སྒྲུང་བས་གྲོལ་ནས་བྱེན་ཆད་ལའོར་བར་མི་འཇུག་ བྱ་ཆད་གྱི་རྒྱུ་པར་  
 ཤར་ན་ཆོམ་བུའི་སྒྲུང་བ་ལ་གྲོལ་ནས་རང་བཞིན་སྤྱལ་པར་དབྱགས་འབྱེན། སྒྲུང་  
 བ་ཐམས་ཅད་འོད་ལྔར་སྒྲིན་ཅིང་དབྱིངས་སྒྲུང་ལྷུ་ལ་འབྲིགས་སུ་པད་འདབ་བཞི་བཞིས་  
 བརྒྱན་པའི་ཆོམ་བུ་ཤར་ན་འོད་གསལ་ཤར་བའི་སྒྲུང་ཅིག་མ་དང་པོར་བར་དོ་མེད་པར་  
 དབྱགས་འབྱེན་པ་ནི་རྒྱུད་གྱི་བུའི་དགོས་པ་ཡིན་ཏེ། ཡར་མཆོམས་ལས་ནས་སོར་  
 བཞི་ལས། བྲལ་བའི་སྒྲུས་བུ་སྤྱལ་བཟང་དེ། ལའོར་བར་འཇུག་པ་ག་ལ་གྲིད། བྱ་  
 ཆད་རྒྱུ་པར་གང་སྒྲུང་བ། སྤྱལ་པའི་ཡོན་ཏན་འདིས་བསྒྲུབ་པོ། མཐོང་བའི་  
 ཡུལ་ཙམ་གང་སྒྲུང་བ། ཆོམ་བུ་ལ་ནི་དེ་བཞིན་ནོ། ཞེས་སོ། རྒྱུ་མཆོན་དེས་པརྟེ་  
 ཏ་ཆེན་པོ་བེ་མ་ལས་བཤད་མ་ཐག་པའི་ཆོམ་བུའི་སྒྲུང་བ་ཉམས་གོང་འཕེལ་གྱི་མཐར་



གྲུག་པར་བཞེད་ནས། ལྷ་སྐྱར་ཤར་བ་ཡན་ཆད་རིག་པ་ཆད་ཐེབས་སུ་མཛད། སློབ་  
དཔོན་ཆེན་པོ་པདྨའི་ཞབས་ཡབ་ཡུམ་བྱང་འབྲེལ་ནས་སྐྱང་བའི་འཕེལ་ཆ་བྱང་བའི་  
བར་ལ་རིག་པ་ཆད་ཐེབས་སུ་བཞེད་པས། སྐྱུ་རྒྱུང་པ་ཉམས་གོང་འཕེལ་དུ་བཞག་  
པ་ལྟར་མཛད་པ་ཡང་ཁོ་བོས་དགོངས་པ་གཅིག་པར་མཐོང་སྟེ། གློང་གསལ་ལས།  
སྐྱུ་ཤར་ཉམས་ཀྱི་འཕེལ་ཚྡོགས་ན། །བར་དོའི་སྐྱང་བ་འདིར་ཆད་པས། །ཡོངས་  
སྤྱོད་ངོས་ཟིན་བར་དོ་སྤྱངས། །ཞེས་སྐྱུ་ཤར་པ་དེ་ཉམས་གོང་འཕེལ་གདོན་མི་བྱ་  
བར་ཚྡོགས་པའི་རྟགས་སུ་བཤད་པས། ཆད་ཐེབས་ཀྱི་འགོ་ཟིན་པར་ཡང་དོན་གྱིས་  
བསྟན་ལ། འདི་ལྟར་ལ་རི་ལ་བལྟས་ནས་ཚུར་རི། ཚུར་རི་ལ་བལྟས་ནས་ལ་རིར་  
བཞག་པ་བཞིན། ལྷ་སྐྱུ་རྒྱུང་པ་ནི་ཉམས་དེ་གཉིས་ཀ་ལ་རིག་ཅིང་དེ་ལ་དེར་བརྟན་  
གྱིས་འབྲེལ་བ་ཅན་དུ་གྲུབ་པས་སོ། །སློབ་དཔོན་རྣམ་གཉིས་ཀྱི་དགོངས་པ་ཀུན་མཁྱེན་  
ཆེན་པོས་ཐད་ཀར་བྱས་ནས་བཞག་པ་ཙམ་ལ། རྗེས་འཇུག་རྣམས་ནས་དོན་གྱི་  
དབྱིངས་འཇལ་མ་ཤེས་པར་འདི་དང་འདིའི་ཞེས་དབྱུད་བཟོད་པར་སྒྲོམ་པ་ནི། བྱིས་  
པའི་རྣམ་ཐར་ཙམ་དུ་བྱང་དོ། །ཕྱིར་སྐྱང་བའི་འོད་གསལ་ལ་ཕུལ་འཕེལ་བ་བཞིན་  
དུ་ནང་དུ་འང་རིག་པའི་འོད་གསལ་ཉིང་ངེ་འཛིན་སྐྱུན་དང་མངོན་ཤེས་ལ་སོགས་པ་  
འཆར་བ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་རིག་པ་ཆད་ཐེབས་ཀྱི་སྐྱང་བ་ནི། ཆོས་ཉིད་གང་དུ་འང་མ་བྱེ་བའི་  
ཕུལ་བྱད་དང་མེ་ཡོང་གི་རྣམ་པར་ཤར་བས་རིག་པའི་གཤིས་ལ་སྐྱུ་གསུམ་ཡེ་ཚྡོགས་  
སུ་ཡོད་པའི་ཡོངས་སྤྱོད་ཚྡོགས་པའི་སྐྱུའི་ཡོན་ཏན་མ་ལུས་ཤིང་ལུས་པ་མེད་པ་འདིར་  
ལམ་གྱི་སྐྱང་བ་ལ་ཕུལ་ཚྡོགས་པ་ནི་རིག་པ་ཆད་ཐེབས་ཀྱི་དོན་པོ་ཡིན་པར་དུས་དེ་  
ཙམ་ན་ཁོ་བོ་ཅག་གིས་རྟོགས་ཏེ། གྲུབ་པའི་མཐའ་གཞན་དུ། དེ་བཞིན་གཤེགས་  
པའི་ཁམས་ལ་སྐྱུ་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཡོད་པ་དེ་ཉིད་ཐོབ་བྱའི་མཐར་འཛིན་དུ་

འདོད་ནས་བཞིན་ལག་གི་རྒྱུ་པ་ཅན་དུ་ཤར་བའི་མཚན་དཔེ་དོན་དུ་གཉེར་བ་གང་  
 ཞིག་ལ་འབྲས་བུ་རང་རྒྱུད་པར་གོ་ལ་བའི་ཚམས་རྒྱུན་ལྟར་མི་མངོན་པར་འཇུག་པ་ནི་  
 ཚེས་ཅན། ཡ་ལ་ལ་རང་བཞིན་ཐེག་མཚན་རྒྱལ་བའི་དགོངས་པ་འདི་ཙམ་ཡང་  
 བསམ་གྱིས་མི་བྱལ་བར་སྒྲུང་མོད་དེ། གྲུབ་པའི་མཐའ་ཇི་བཞིན་སྒྲིང་མི་ཤེས་པ་  
 དག་གིས་སྒྲུང་བའི་འཆར་ཚུལ་ཙམ་ལ་སྒྱི་བརྟོན་གྱིས་བསྒྲགས་པ་བརྗོད་པ་ལས་དོན་  
 བྱུང་བར་བ་ཅང་སྟོན་པར་མ་རུས་ཤིང་། རྩུགས་རེའི་གཞུང་ལ་འདྲིས་པ་དག་གིས་  
 ཁ་ཟེར་བ་དང་། ལྷུ་ག་སྒྲིག་པའི་རྒྱུ་དུ་གྱུར་པའི་ལམ་ལྟར་སྒྲུང་བ་དུ་མས་ཁེངས་  
 པ་ནི་གུ་ཚེས་ཅན་དང་། རྒྱུ་པར་མ་བརྟགས་པ་གཉིས་ནང་འཛོམས་པ་ལས་བྱུང་  
 གིས། དེའི་ཕྱིར་གངས་ཅན་འདིར་མཚན་ཏུ་གསལ་བའི་ཐེག་པ་འདི་སྒྲིག་པ་ལ་རྒྱལ་  
 བའི་དབང་པོ་དྲི་མེད་འོད་ཟེར་གྱི་གྲུབ་པའི་མཐའ་ཙམ་དུ་ཟད་པ་གདོན་མི་ཟ་བར་  
 ཤེས་པར་བྱའོ། །ཞེས་གྲུང་ནས། ཚད་ལེགས་ཀྱི་རང་བཞིན་ནི། རིག་པའི་ཡོན་ཏན་  
 འཕེལ་བའི་ཆ་སྟོབས་སུ་གྱུར་པ་ལས་སྒྲུང་བ་ཐམས་ཅད་འོད་དུ་གསལ་ཞིང་། ཡེ་  
 ཤེས་ལྡེའི་ཚེས་ཉིད་ལ་བྱན་ཚུད་པས་ཐེག་ལེ་ལྟ་ཚེས་དུ་ཤར་བའི་དབུས་ན་སྒྲུལ་སྒྲུའི་  
 སྒྲུངས་པ་རྒྱུ་པར་དག་པ་ལས་བྱུང་བའི་གཙུག་ཏྲར་དང་བཅས་པའི་དབུ་བྱེད་པ་ནས་  
 སྒྲུ་རྒྱུང་བའི་བར་དང་ལོངས་སྒྲུའི་ཡེ་ཤེས་ཚད་དུ་བྱིན་པས། བཅོམ་ལྡན་འདས་མི་  
 བསྐྱེད་དོ་རྗེ་ལ་སོགས་པའི་རིགས་ལྡེའི་སངས་རྒྱས་རྒྱུ་པར་སྒྲུའི་ཉི་ཚེ་བ་དང་། རྒྱུན་  
 རྒྱུ་པར་ནས་ཡུན་དང་བཅས་པའི་རྒྱུ་པ་རྒྱུ་པར་འཆར་ཞིང་། ཚེས་སྒྲུའི་སྒྲུངས་  
 པ་རྒྱུ་པ་དག་པ་ལས་བྱུང་བའི་གཙོ་དང་ལམ་གྱི་ཚེས་བུ་ཐ་དད་པའི་དཀྱིལ་ལམ་ལྟ་  
 བྱུང་གྱི་ར་བ་དང་བཅས་པར་མཚན་ཏུ་གསལ་བས་རྗོས་བཅས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་འགགས་  
 ཏེ། ཤེས་པ་གང་དུ་འང་ཚུད་པས་བེམ་པོ་འགྲུལ་བ་དང་ལུས་ཀྱང་རྒྱལ་བྱན་ཆ་མེད་  
 དུ་མཐོང་ཞིང་རི་བྲག་ལ་སོགས་པ་ཟང་ཐལ། གཟུང་འཛིན་ཐད་ཀར་ཞིག་པས་སྒྲིན་



བ་ཁྱོག་ལངས་བ་བཞིན་གང་ལའང་ཉམ་ང་དང་བག་ཚ་བའི་ཁུངས་སྟོར་ནས་ཅིར་སྐྱང་  
 དག་བ་རབ་འབྱམས་སུ་ཤར་བའི་སྐབས་ཡིན་ཏེ། སྐྱ་གདུང་འབར་བ་ལས། གང་  
 གི་འོད་ལ་སུ་གོམས་པ། །རང་གིས་མཐོང་བའི་སྟོན་ཡུལ་དུ། །ས་དང་ཚུ་དང་མེ་དང་  
 རྒྱུ་། །འབྱུང་བཞིའི་སྐྱང་བ་རང་རྒྱབ་ནས། །རིམ་གྱིས་ཁ་དོག་ལྷ་ལ་སྟོན། །འོད་  
 དང་བྲལ་བ་མེད་པའི་རྟགས། །གཞན་ཡང་མཐོང་བའི་སྟོན་ཡུལ་དུ། །སྟོན་བ་བཞིན་  
 དུ་ཐོགས་མེད་པར། །རི་བྱག་རྣམས་ལ་ཟང་ཐལ་དང་། །དེ་བཞིན་ས་གཏིང་འཇུལ་  
 བར་རུས། །ཚུ་རྣམས་ལ་ཡང་བྱིང་བ་མེད། །ཅེས་སོ། །དེ་དག་ནི་ཚད་ལེབས་ཀྱི་རང་  
 བཞིན་སྟོར་བསྟན་པ་སྟེ། །ནང་གསེས་ཀྱི་ཁྱད་པར་རྩེ་བྱེ་ན། །ཅ་རྒྱུད་ལས། །སོ་སོའི་  
 ལུས་ཀྱི་རྒྱལ་ཕྱན་ནས། །བར་སྐྱང་འོད་ཀྱི་སྐར་ཁུར་སྐྱང་། །དེ་ལས་འོད་ཟེར་ལྷགས་  
 ཀྱའི་དབྱིབས། །ཕྱ་ཁིང་འབྲེལ་བས་སྐྱང་བ་འཛིན། །ལུས་ཀྱི་དོས་པ་རང་འགགས་  
 ནས། །ཟང་ཐལ་དྲི་མེད་འོད་ཀྱི་ལུས། །དབུས་ན་ཨ་ཡི་མཚན་མ་དང་། །མཛོད་སྟེ་  
 འོད་ཟེར་འདོམ་གང་ཚད། །ཐོར་ཚུགས་རྒྱུད་གིས་འདེགས་པར་སྐྱང་། །ཁི་སྟེ་ལག་  
 བའི་སོར་མོ་ལས། །འོད་ཀྱི་ཕྱེང་བས་རྣམ་པར་འབྲིགས། །སྟེ་མེད་སེམས་ཀྱིས་སྟོན་  
 པ་སྟེ། །མགོ་བོ་ཐོད་པའི་གཞལ་ཡས་ལས། །ཏེ་རུ་ག་རྣམས་མཛོན་པར་འབྱུང་། །འདི་  
 དུས་རང་ལུས་ཚད་ལ་ལེབས། །ཁེས་ལུས་ཚད་ལ་ལེབས་པས་སྐྱང་བ་མ་ལུས་པ་  
 སངས་རྒྱས་ལྡེའི་ཁིང་དུ་གསལ་བའི་ཐུགས་ཀ་འོད་ཟེར་ཀྱི་སྐར་ཁུར་ནས་རང་གི་སྟོང་  
 དབུས་ཨའི་རྣམ་པ་ཅན་ལ་འོད་གདངས་ཟུར་པར་འབྲེལ་བས་འོད་ཟེར་ཆེན་པོའི་དབང་  
 འོད་ཅིང་། །མཛོད་སྟེའི་འོད་ཟེར་འདོམ་གང་བར་གསལ་བས་སྟེ་བོའི་གཙུག་ན་ཡེ་  
 ཤེས་ཀྱི་རྒྱུད་གི་ཐིག་ལེ་ལམར་གཞིང་ཅམ་དགུའམ། །ལྷ་བརྟེགས་པར་སྐྱང་ཁིང་། །དེ་  
 ཡང་དོན་དམ་པར་ཐོར་ཚུགས་ནི་གཙུག་ཏོར་ཡིན་ལ། །རྒྱུད་གིས་འདེགས་པའི་སྐྱས་  
 ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུད་དབྱིངས་སུ་འབྲེལ་བས་དེ་ཉིད་བཟླ་ར་མི་མཛོན་པའི་ཆོས་སུ་གྲུབ་པས་

མཚན་མཚན་དང་དཔེ་བྱད་གྱི་ངོ་བོར་འབར། ཡེ་སྒྲིལ་གྱི་རྒྱུ་ལག་སྒྲིལ་ལྟར་པས་  
 དེ་ཉིད་འོད་ལྗང་ལའི་གསལ་འོད་ཅུ་ཕྱུ་མོ་རྣམས་སུ་འདྲེ་ཡེ་སྒྲིལ་གྱི་གདངས་གསལ་བས་  
 བསྐྱེད་སྒྲིལ་དང་། རྒྱལ་ཕྱེད་རབ་རེ་རེ་འདྲེ་སངས་རྒྱལ་གྱི་ཞིང་ཁམས་ལོངས་སྐྱེད་སྒྲིལ་བོ་  
 ཅན་དུ་ཐོགས་པས་ཞི་བ་དོ་རྩེ་དབྱིངས་གྱི་དགྱིལ་ལའོར་དང་། རྒྱུ་ཁང་དུ་བྱོ་བོའི་  
 དགྱིལ་ལའོར་སྒྲིལ་བའི་གདངས་ཚངས་བྱག་གི་འོད་ཅུ་ལས་འཕྱོར་ཏེ་སྒྲིལ་གཞི་མ་ལུས་  
 བ་བྱག་འཕྱུང་རོལ་བའི་དགྱིལ་ལའོར་དུ་གསལ་བ་ནི་ཞི་བྱོ་ལོངས་སྐྱེད་ཐོགས་པའི་  
 སྒྲིལ་ལམ་དུ་གར་བས་ལུས་ཚད་ལ་ལེབས་བ་ཞེས་བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་སེམས་ཚད་  
 ལ་ལེབས་པས་ཀུན་ཏུ་ཐོག་པའི་སེམས་དང་། ཡིད་དང་། རྣམ་པར་སྒྲིལ་བ་རྣམས་  
 རྒྱལ་ནས་ཚེས་དབྱིངས་ཀྱི་མེད་དུ་རང་གསལ་བས་གཞན་གྱི་སེམས་སྒྲིལ་བ་ལ་སྒྲིལ་  
 པའི་མཛོན་པར་སྒྲིལ་བ་དུག་དང་། ཐོགས་རེག་གིས་བཅད་པའི་ལ་རོལ་གྱི་ཡུལ་  
 དང་རྒྱལ་བའི་ཞིང་ཁམས་ཚད་མེད་པ་མཐོང་བའི་སྐྱོན་ཏེ་སྒྲིལ་བའི་སེམས་རྣམ་པར་  
 དག་པ་དང་། སྒྲིལ་བའི་སེམས་དག་པས་སྒྲིལ་རབ་དང་ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་སྒྲིལ་པ་ཏུ་  
 མེད་པ་ལ་དབང་འབྱུང་བ་ལ་སྒྲིལ་ཏེ། མདོར་ན་ལུས་ཀྱི་དོས་པ་དག་པས་ཅུ་རྒྱུ་  
 རང་དག དེ་དག་པས་གྲོ་བུར་གྱིས་བསྐྱེད་པའི་ཚོགས་པ་ཞིག་སྒྲིལ་ལུས་སེམས་ཀྱི་  
 འབྲེལ་མཛོན་གྱུར་རགས་པ་ལོག ཕྱེད་བྱག་ལ་ཉལ་གྱི་ཆ་སྐར་མདའ་རྒྱག་པ་ཙམ་  
 ལས་བསྐྱེད་སྐྱེད་གྱི་སྒྲིལ་ཆ་གཉིས་འཛིན་པའི་དུས་ཏེ། ཐལ་འབྱུར་ལས། ལུས་  
 སེམས་འབྲེལ་བ་ཚོད་པ་ནི། །ཟག་བཅས་ཟད་པའི་ལུས་ལ་ཡང་། །ཕྱིར་འབྱུང་མཚན་  
 ཉིད་གསལ་བའི་སེམས། །སྐར་མདའ་འཕྲོ་བའི་རྩྭ་གྱིས་ཀྱང་། །ནམ་མཁའི་ཁམས་  
 སུ་གསལ་བར་མཐོང་། །ཞེས་དང་། ལུས་ནི་འོད་གསལ་དག་པ་ལ། །རྒྱུ་ནི་མེ་སྒྲིལ་  
 འཕྲོ་བ་བཞིན། །གཅིག་ཏུ་མི་གནས་རང་གསལ་གཞི། །སྒྲིལ་ཆ་གཉིས་ཀྱི་རྩྭ་དུ་  
 འབྱུང་། །འདིས་ནི་ལུས་སེམས་འབྲེལ་བཅད་ནས། །ཁམས་གསུམ་ཕྱོག་པ་མ་ཡིན་



ནོ། །ཞེས་སོ། །ཞར་ལ་འབྲེས་པ་འདི་བཟོད་དེ། དེ་ཡང་གངས་རིའི་ཁྱོད་འདིར་མོས་  
 བས་བཟུང་བའི་གྲུབ་པའི་མཐའ་ཐ་དད་པ་ལས་ཁ་ཅིག་ནི་སྟོང་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་  
 འབྲུལ་སྒྲུང་ཉག་གཅིག་ཏུ་འཛིག་ཅིང་། རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་སྒྲུང་བཞི་ལ་འང་མུ་སྟེགས་  
 ཉི་མ་བལྟ་བའི་ལྷགས་ཞེས་ཆོས་ལ་སྒྲུང་བའི་རྩ་ལྟར་སོགས་ལ་བག་ཆ་བ་མེད་པར་  
 འཇུག་པའི་བཤེས་གཉེན་སྒྲུང་གི་དང་བྱི་ལའི་སྡེ་ཆོགས་དག་གིས། རང་ཉིད་དགའ་  
 བའི་དུས་ཀྱི་ལའོར་ལོ་ལ་སོགས་པའི་སྟོང་གཟུགས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་ལ་བརྒྱད་ནས་ཆུ་འབྲེན་  
 བའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་སྟོག་ཏུ་གྱུར་པས་སྟོ་གྲོས་ལུར་ཁུང་ཐུག་པའོ། །ཁ་ཅིག་ནི་  
 སངས་རྒྱས་ལ་སྒྲུ་དང་ཡེ་ཤེས་མེད་པར་འདོད་པ་ནི་ལོག་པར་བལྟ་བའོ་ཞེས་སྒྲུ་མའི་  
 སྒྲུ་ལ་སོགས་པ་མཐར་ཐུག་གི་བསྐྱབ་བྱར་བྱེད་ཅིང་དོན་དམ་པར་འདོད་པའི་ཕྱོགས་  
 གཉིས་སུ་སྒྲུང་ཡང་། ཁོ་བོ་ཅག་ནི་བདེ་བཤེགས་སྟོང་པོའི་ཁམས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་གཟུགས་  
 ཀྱི་སྒྲུ་ཡིན་པས་འབྲུལ་སྒྲུང་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་འང་མི་འཛིག་པས་སྟོ་བའི་ཆོས་ཉིད་རང་  
 གི་བོ་ངོས་ཉ་གང་བ་ལྟར་ཡར་འཕེལ་གྱི་ཡོན་ཏན་ཉམས་གོང་འཕེལ་གྱི་སྒྲུང་བས་སྒྲུ་  
 གསུམ་ལམ་སྒྲུང་དུ་རྩ་ལ་རྫོགས་པར་བྱེད། དེ་ལྟར་སྒྲུང་བའང་རིག་གཤངས་ཕྱིར་  
 ཤར་གྱི་གཟུགས་བརྒྱན་ཅམ་ལས་ངོ་བོ་ཉིད་མ་ཡིན་པས་དོན་དམ་དུ་འང་མི་འཛིན་པ་  
 གནམ་སྟོང་གི་སྟོ་བ་རང་ངོ་ལ་བཅོས་སུ་མེད་པར་འགྲིབ་པ་ལྟར་སྟོང་པོའི་རང་གཤངས་  
 ཕྱིར་སྒྲུང་བ་ཟད་དགོས་པའི་གནད་ཀྱིས་རིག་པ་གཡོ་བྱེད་གྱི་རྒྱུང་ལྷ་བ་དང་བཅས་  
 ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་དག་པ་སྟོ་ཟད་ཆོས་ཟད་གྱི་སྒྲུང་བ་གདོད་མའི་ནང་དཔྱིངས་སུ་བཅན་  
 ས་ཟེན་པར་འདོད་པས་གྲུབ་མཐའ་སྟོས་བཞོད་པར་ཤེས་ནས་རྩོད་པ་ཆོས་ཉིད་བསམ་  
 ཀྱིས་མི་ཁྱབ་པའི་ངང་དུ་ཞི་བར་བྱ་སྟེ། ཆོས་རྣམས་ཟད་སར་ཕྱིན་པ་དང་། །རང་གི་  
 གྲུབ་པའི་མཐའ་ཡང་འཛིག། །འདི་དུས་སྤྱ་མའི་མན་ངག་རུབ། །ལྟ་སྟོམ་སྟོད་པའི་  
 མཐའ་སྟོངས་པས། །ཆོས་སྒྲུའི་སྒྲུང་བ་ཡོད་མ་ཡིན། །སྒྲུ་དང་ཡེ་ཤེས་རྒྱན་ཆད་པས། །

སངས་རྒྱས་མེད་ཅིང་སེམས་ཅན་མེད། །མདོར་ན་གང་ཡང་གནས་པ་མེད། །སོང་  
མེད་འོངས་པ་མེད་པའོ། །ཞེས་དབུ་མ་རབ་ཏུ་མི་གནས་པའི་དགོངས་པ་ལ་གཞག་  
པར་བྱའོ། །

བཞི་པ་ཆོས་ཉིད་ཟད་པའི་སྒྲུང་བ་ནི། ཅུ་རྒྱུད་ལས། ཆོས་ཉིད་ཟད་པའི་སྒྲུང་  
བ་ནི། །ཉམས་གྱི་སྒྲུང་བ་སྟོངས་ནས་ནི། །ལུས་ཟད་དབང་པོའི་ཡུལ་ཡང་ཟད། །རྟོག་  
ཆོག་ས་ལྟུལ་པ་ལས་གྲོལ་ནས། །བརྗོད་གཞིའི་ཆོག་དང་བྲལ་བའོ། །ཞེས་རྣལ་  
འབྱོར་ཆེན་པོའི་གཞུང་མན་ཆད་དུ་འང་ཐབས་སྒྲུང་བའི་ཆ་ལ་བསྐྱེད་པའི་རིམ་པ་ཟུ་མེད་  
པར་བཀོད་པ་ཉིད་སྒྲུར་ངེས་པར་ཚོགས་པའི་རིམ་པ་ཤེས་རབ་སྟོང་བ་ཉིད་དུ་བསྐྱུ་བ་  
བཞིན། །འདིར་གནད་རྣམ་པ་གསུམ་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱུད་གི་གཞི་བ་ཡེ་ཤེས་སུ་འཕྲེལ།  
ཆོས་ཉིད་དུ་དག་པའི་མཐུ་ལས་ཕྱི་འབྱུང་ཡུལ་གྱི་ལྟུལ་སྒྲུང་གི་ཆ་དང་ནང་ལྟུལ་རྟོག་  
སེམས་དང་སེམས་བྱུང་གི་བག་ཆགས་རང་འགགས། གསང་བ་འོད་གསལ་གྱི་སྒྲུང་  
བ་ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཆོས་ཉིད་གང་དུ་འང་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་དབྱིངས་སུ་ཐིམ་པ་ལ་ཟད་  
པའི་བརྟན་བཟགས་པ་སྟེ། དོན་དམ་པར་གནམ་སྟོང་གི་ཟླ་བ་ཅི་ཡང་མེད་པ་ལྟར་  
སྒྲུང་ཡང་རང་གི་ངོ་བོ་ཆེར་སོང་བ་དང་། རྒྱུད་དུར་སོང་བ་གང་ཡང་མེད་པས་རང་  
གདངས་དབྱིངས་སུ་རྩལ་བ་ཤེལ་འོད་ནང་དུ་རྩལ་བ་ལྟ་བུའོ། །དེ་ལྟར་དུ་ཟད་པའི་  
རང་བཞིན་ལ་ཟད་ལུགས་གཉིས་ཀྱི། རིམ་གྱིས་ཟད་པ་ནི་སྒྲུང་བ་བཞི་ཆད་དུ་ཕྱིན་  
པ་གང་ཡིན་པའོ། །སྟོ་མཆོག་ཅིག་ཅར་རེ་ཅམ་ནི་མངོན་སུམ་སྒྲུང་བ་མཐོང་བ་ཉིད་  
གོམས་སུ་བརྩུག་པ་ལས། གོང་འཕྲེལ་དང་ཆད་ཕེབས་གྱི་རིམ་པ་ལ་མ་གྲོས་པར་  
ཟད་པའང་ཡོད་དོ། །ཇི་ལྟར་ནའང་དེའི་ཆོ་རྟོག་བཅས་དེངས་པས་འབྱུང་བའི་དགུས་  
མི་ཚུགས། ཉོན་མོངས་པ་དེངས་པས་དྲན་པ་དང་དྲན་ཞིག་ལྟེན་པོ་རྗེས་མེད་དུ་སོང་།  
སྒྲུང་བ་དེངས་པས་འགོ་བ་དང་། འདུག་པ་དང་། ཉི་ཟླའི་སྒྲུང་བ་ལ་སྟོགས་པ་རང་



ཡལ་རྗེས་མེད་དུ་སོང་ནས་འདི་ལྟར་ཡིན་ནོ་ཙམ་དུ་འང་མ་གྲུབ་པས་གཟུགས་སྒྲུང་ཐམས་  
 ཅད་ཕྱང་ན་ལས་འདས་པ་ཞེས་བྱའོ། །དེའི་དུས་ན་ཐོབ་པ་གཉིས་འབྱུང་བ་ནི་འདི་  
 ལྟར་སྟེ། སྟེ་བ་ལ་དབང་ཐོབ་པས་འཕོ་བ་ཆེན་པོའི་སྐྱར་བཞེངས་ཏེ་སེམས་ཅན་གྱི་  
 རྟོན་མཛད་ན་སྒྲུང་བ་རིམ་གྱིས་ཟད་དུས་ལག་སོར་ལྟ་འོད་གྱིས་དགྲིགས་པར་སྒྲུང་བ་  
 ལ་ཤེས་པ་གཏད་པས་སྒྲུང་བ་ལོག་ནས་སྟོད་བཅུད་གྱི་རྟོན་དང་བརྟོན་པ་ཚུ་བློ་དང་  
 མི་ལམ་ལྟ་བུར་མཐོང་ལ། རང་ལུས་ཀྱང་མེ་ལོང་གི་གཟུགས་བརྒྱན་ལྟར་སྒྲུང་ལ་  
 རང་བཞིན་མེད་པར་བཟང་ཐལ་ཙམ་དུ་རང་གིས་མཐོང་ལ་གཞན་གྱི་མིག་མདག་པས་  
 དེ་ལྟར་མི་མཐོང་བའི་ཚུལ་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་བདུའི་སྐྱེ་ལ་བཅན་པོས་ཕྱག་གིས་བཏུང་  
 པས་སྟེ་འཇུག་གཉིས་ལ་དབང་ཐོབ་པ་ཐོད་ཀྱིས་ཁོ་ནའི་བྱད་ཆོས་ཡིན་ལ། བྲིགས་  
 ཆོད་ལ་ལུས་རྩལ་ཕྱན་དང་སེམས་ཆོས་ཉིད་དུ་དེངས་ནས་ཀ་དག་གི་སར་གྲོལ་བ་ཙམ་  
 ལས་མེད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དུས་དེ་ཙམ་ན་བསམ་གྱིས་མི་བྲུབ་པའི་ཕྱིན་ལས་ཀྱང་  
 དངོས་དང་བརྒྱད་ནས་རིགས་དུག་སོ་སོའི་གནས་སུ་དོན་མཛད་ཅིང་། བྱད་པར་  
 མེའི་འགོ་བ་སྟོན་ལམ་མཐུན་པ་སུམ་སྟོང་ལྟག་མེད་དུ་གྲོལ་བར་མཛད་ནས་སྐར་ཆོས་  
 ཉིད་གཞོན་ནུ་བུམ་པའི་སྐྱར་འཆང་རྒྱ་བ་ནི་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་པོ་བདུའི་ཞབས་དང་།  
 དྲི་མེད་ཆོས་གྱི་བཤེས་གཉེན་མངོན་སུམ་ཆད་མའོ། །ཀྱན་མཁྱེན་གྱིས་བཤད་པ་  
 འགའ་ཞིག་ཏུ་བར་དོའི་སེམས་ཅན་སུམ་སྟོང་ཞེས་པའང་ཡོད་དེ་མེའི་འགོ་བའང་སྟེས་  
 གནས་གྱི་བར་དོ་ཡིན་པས་མི་འགལ་ལོ། །འཇུག་པ་ལ་དབང་ཐོབ་པ་ནི་སྐྱའི་རྣམ་  
 པ་དེ་ཉིད་གྱི་དུས་དེར་གཞན་དོན་རྒྱབས་པོ་ཆེ་མི་མཛད་པ་ན་སེམས་ཅན་སུམ་སྟོང་  
 ལ་རིག་པ་གཏད་པའི་མོད། ལས་ལ་བཟང་ངན་མེད་པའི་གནད་གྱིས་གྲོལ་བར་  
 མཛད་ནས་ན་བུན་ནམ་མཁའ་ལ་དེངས་པ་བཞིན་ནང་དབྱིངས་སུ་ཞུགས་ནས་སྐྱེ་དང་

ཡེ་ཤེས་འདྲུ་འབྲུལ་མེད་པའི་ཕྱིན་ལས་གྱིས་ལའོར་བ་མ་སྟོངས་གྱི་བར་དུ་གཞན་དོན་  
 མཛད་པའི་ཚུལ། རང་གསལ་ཐིམ་ལ་མ་རྒྱགས་པའི་གདངས་ཕྱིར་གསལ་དུ་སྒྲུང་བ་  
 ལུན་སྒྲུག་པོ་བཀོད་པའི་ཞིང་ཁམས་ལས་བྱད་དང་མེ་ལོང་གི་རྣམ་ཆར་ཤར་བ་བྱེད་  
 སྒྲུལ་ལོངས་སྒྲུལ་སོགས་པ་དང་། སྒྲུག་སྒྲུང་ཐུགས་མི་ཟད་པ་རྒྱན་གྱི་ལའོར་ལོའི་  
 ཆོས་ཉིད་ལས། སེམས་དཔའ་ས་བརྩུ་ལ་ལོངས་སྒྲུ་རིགས་ལྡ་དང་སོ་སོ་སྒྲེ་བོ་དང་།  
 ཉན་ཐོས། རང་སངས་རྒྱས་གྱི་རིགས་ཅན་རྣམས་ལ་མཆོག་གི་སྒྲུལ་པའི་སྒྲུ་དང་  
 གཞན་ཡང་སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་ཐམས་ཅད་དུ་བཟོ་དང་། སྒྲེ་བ་སྒྲུལ་བ་ལ་སོགས་  
 བ་འགྲོ་བ་སོ་སོའི་ཁམས་དང་། དབང་བོ་དང་། མོས་པ་དང་འཆོམ་པས་དོན་མཛད་  
 པའི་ཚུལ་བསྐྱེད་རིམ་གྱི་རྣམ་གཞག་འོག་མིན་བཅོད་པའི་ཐེམ་སྒྲས་སྤྱུང་ལེགས་པར་  
 འདོམས་ཟིན་ཏོ། ། །བཞི་པ་མཐའ་རྟེན་གྱི་མན་ངག་ནི། གྲོང་གསལ་ལས། དེ་ལ་  
 མཐའ་རྟེན་མན་ངག་བཞི། །གོང་མའི་རྒྱབ་དུ་མེད་ཐབས་མེད། །ཅེས་མི་འགྲུལ་བ་  
 གསུམ་གྱིས་གཞི་བཅའ། སྟོད་པ་གསུམ་གྱིས་ཆད་བཟུང་། ཐོབ་པ་གསུམ་གྱིས་  
 གཟེར་གདབ། གདེང་བཞིས་གྲོལ་ཆད་སྟོན་པ་ལས། དང་པོ་ནི་རྩ་རྒྱད་ལས། མི་  
 འགྲུལ་གསུམ་ལ་གཞི་བཅས་པས། །རྒྱང་སེམས་གནད་དུ་ཕྱེབས་པའོ། །ཞེས་ལུས་  
 བཞུགས་སྟེང་མི་འགྲུལ་བས་རྩལ་རྒྱང་རང་དལ། མིག་གཟིགས་སྟེངས་ལས་མི་  
 འགྲུལ་བས་སྒྲུང་བའི་འཕེལ་འཛིན། སེམས་བཟོད་མེད་ལས་མི་འགྲུལ་བས་དབྱེངས་  
 རིག་ཟུང་དུ་རྒྱད་པར་བྱེད་དོ། །གཉིས་པ་ནི་རྩ་རྒྱད་ལས། སྟོད་པ་གསུམ་གྱིས་ཆད་  
 བཟུང་བས། །མི་ལམ་ལྷོག་དང་ལུས་ངག་ཡིད། །རྟགས་དང་ཆད་ནི་ངེས་བཟུང་བའོ། །  
 །ཞེས་པས། ལུས་བྱ་བ་ལ་མི་གནས་པར་སྟོད་པས་ལའོར་བའི་འབྲུལ་རྟོག་དང་། རྒྱང་  
 འཕེལ་མེད་དུ་སྟོད་པས་རྣམ་རྟོག་གཡོ་བའི་རྒྱན་ཟད། སྒྲུང་བ་འདར་འཕྲིགས་མེད་  
 པར་སྟོད་པས་ཞིང་ཁམས་ཆད་ལ་ཕྱེབས་པར་བྱེད་དོ། །འདིའི་ཆོ་རྟགས་སྟོ་གསུམ་



ལ་འཆར་བ་དང་ཚད་མི་ལམ་གྱིས་བཟུང་བ་གཉིས་ལས། དང་པོ་ཚས་ཉིད་མངོན་  
སུམ་གྱི་དུས་བུམ་དབང་གིས་ལས་སྒྲིན་པས་བྱ་ཕྱི་ལ་མེད་པའི་དོན་ཡན་ལག་ལ་ཞུགས་  
ནས་རྩ་དལ་བའི་རྟེན་འབྲེལ་ལས་རུས་སྒྲུལ་ལའང་གཞིང་དུ་བཅུག་པ་ལྟ་བུའོ། །རྩ་  
ནང་དུ་རྣམ་ཤེས་རྟེན་པས་བརྗོད་གཞི་དག་པའི་གདངས་ངག་གི་བརྒྱུ་ལ་ཞུགས་ནས་  
ལྷག་པ་བཞིན་དུ་སྒྲུབ་པ་ལ་མི་བརྩོན་ནོ། །ཞོགས་པ་ཆེན་པོ་འཛིན་མེད་རང་གྲོལ་གྱི་  
དོན་སེམས་ལ་ཞུགས་པས་སེམས་མཁའ་འགྲོ་རྟེན་ལ་བཞིན་པ་བཞིན་གར་གཏང་དུ་སྒྲིང་  
པའོ། །ཉམས་གོང་འཕེལ་གྱི་ཆེ་རྒྱ་དབུ་མར་ཐིམ་པས་བཟང་ངན་མེད་པའི་དོན་  
ལས་ལ་ཞུགས་པས་ལས་སྒྲིག་ཚས་ངོ་ཚད་བུལ་བ་སྒྲིས་བུ་ནད་གྱིས་གདུངས་པ་ལྟ་  
བུའོ། །གསང་དབང་གིས་ངག་དག་པས་ཞོགས་པ་ཆེན་པོ་དགག་སྒྲུབ་ལས་འདས་  
པའི་དོན་ངག་ལ་ཞུགས་ནས་ངག་སྒྲིན་པ་རང་ཚིག་རྟོག་པ་བཞིན་ལྟོས་མེད་བྱུང་རྒྱལ་  
དུ་སྒྲུབ་པའོ། །སེམས་བྱུང་གི་རྟོག་ཚིགས་སེམས་སུ་ཞུགས་པས་རྩ་དུག་གིས་ལན་  
བདུན་ཕྱིས་པའི་སྒྲིས་བུ་བཞིན་སྒྲེ་མེད་རང་གྲོལ་གྱི་དུན་སེམས་ལའོར་བའི་བྱ་བ་ལ་  
མི་འཇུག་གོ། །ཆད་ཐེབས་གྱི་དུས་ན་ཤེར་དབང་གི་རུས་པ་རྩ་རྒྱུ་ལ་ཐེབས་པས་  
ལས་འབྱུང་བ་ལྟ་ལ་ཐོགས་པ་མེད་པར་བཟང་ཐལ་བ་གྲུང་པོ་ཆེ་འདམ་དུ་རྒྱུད་ཀྱང་གཞན་  
ལ་མི་ལྟོས་པར་རང་སྒྲོབས་གྱི་འཐོན་པ་ལྟ་བུའོ། །ཞོགས་པ་ཆེན་པོ་སྒྲུབ་རྗེས་ལས་  
འདས་པའི་དོན་ངག་གིས་སྒྲུར་བྱེད་ལ་ཞུགས་པས་ཤེས་རབ་གྱི་དབང་དུ་སྒྲིང་རྗེ་འདུས་  
པའི་རྟེན་འབྲེལ་ལས་ངག་གྲུལ་བུམ་གྱི་ལྷག་གྲུ་ལེན་པ་ལྟར་སོང་ནས་ཅི་སྒྲིས་གཞན་  
གྱི་རྣམ་པར་འཇུག་ཅིང་ཡན་ཐོགས་པའོ། །རང་ངོ་ཀ་ནས་དག་པས་ཡེ་གྲོལ་བསྒྲུར་  
གཞི་མེད་པའི་དོན་སེམས་གྱི་གནས་པ་ལ་ཞུགས་པས་འབྱུམ་ནད་བྱུང་བའི་སྒྲིས་བུ་  
སྒྲུར་བསྒྲུར་ནས་མི་ལྟོག་པ་བཞིན་ཕྱིན་ཆད་ལའོར་བར་མི་འཇུག་པར་ཐག་ཆོད་པའོ། །  
ཚས་ཉིད་བཟང་པའི་དུས་ན་ཞོགས་པ་ཆེན་པོ་སྒྲེ་མཆེད་ལས་འདས་པའི་དོན་གྱིས་རྟོག་

བ་དག་པའི་ལུས་དུར་ཁྱིམ་མི་རོ་བཞིན་དུ་གསེད་མ་བརྒྱས་བསྐྱོར་གུང་བག་ཚ་བ་  
 ཅུང་ཟད་ཅམ་ཡང་མེད་པའོ། །ཅ་གནས་ཀྱི་ཡི་གེ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྒྱུང་གི་དྲ་བར་ཚུད་པ་  
 ལས་ཐེག་པའི་རྒྱལ་པོ་བཟོད་དུ་མེད་པའི་དོན་དག་གི་གྲག་པ་ལ་ཞུགས་ནས་བཟོད་  
 པ་སྟོང་པའི་སྒྲ་བྲག་ཅའི་རྣམ་པར་སོང་ནས་པ་རོལ་གྱི་རྗེས་སུ་སྒྲོས་པའོ། །ཆོག་  
 དབང་གིས་སེམས་དག་པས་སྒྲེས་བུའི་སྟོང་ལ་མདས་ཟེན་པའི་རྣམ་ཤེས་ལྟར་སྐད་  
 ཅིག་གཅིག་གིས་བྱེ་བྲག་བྱེད་པའི་རིག་པ་གདོད་མའི་ས་ལ་ན་བུན་ཡལ་བ་ལྟར་སོང་  
 བ་ནི་སྐད་ཅིག་གཅིག་གིས་རྗོགས་སངས་རྒྱ་བའི་ཡེ་ཤེས་ལ་རང་དབང་འབྱོར་པ་ལས་  
 བྱུང་པའོ། །ཞར་ལ་འདི་སྐད་ཅེས་བཟོད་དེ། རང་ཤར་ལས། ཤེས་རབ་བྱུང་པར་  
 ཅན་རྒྱུད་ལ་སྒྲེས་པའི་དུས་ན་བདུད་གྱི་བསྐྱུ་བ་དོ་ཤེས་པར་གྱིས་ཤིག ཉམ་ང་མེད་  
 པའི་སྟོང་པ་སྟོང་བཅོལ་བའི་དུས་ན་ཤེས་རབ་གྱི་འཇུག་བྱུགས་དོ་ཤེས་པར་གྱིས་ཤིག  
 ཅེས་ཤེས་པའི་ཉམས་ལ་རྟགས་ཚད་ངེས་པའི་བྱེ་བྲག་མ་བྱེད་ན་བདུད་དང་གོལ་སྒྲིབ་  
 གྱི་འཕྲང་ལས་མི་སྒྲོལ་བས་རྒྱུད་ལས་གསུངས་པའི་དོན་མདོར་བསྐྱུས་ན་བར་ཆད་  
 བདུད་གྱི་རྟགས། འཕེལ་འགྲིབ་ཉམས་གྱི་རྟགས། མི་འགྱུར་གསང་བའི་རྟགས་  
 གསུམ་གྱིས་སྟོན་པ་ལ། དང་པོ་ནི། དབང་པོ་རྒྱལ་པོ་སྒྲུང་བ་ལ་འཛིན་པའི་མདོན་  
 རྒྱུ་ཞུགས་པས་ཁ་ཆོག་ལ་སྟོང་ཅིང་གཏིང་མ་གཏོགས་པའི་རིགས་ཅན་འགའ་ཞིག་  
 ལ། ལུས་སྒྲ་ཆོགས་སུ་སྒྲུལ་བྱས་པ་དང་། ཁ་དོག་སྒྲ་ཆོགས་སུ་ཤར་བ་དང་། གྲིབ་  
 མའི་མེ་ལོང་དུ་གཟུགས་བརྒྱན་གཉིས་པར་འཆར་བ་དང་། གཞན་གྱིས་སེམས་ཤེས་  
 པ་སྒྲུམ་བྱེད་པ་ལ་སོགས་དེ། དེའི་ཆོག་གྲུ་གྲུལ་དང་བདུད་ཅི་ཆེ་རྒྱུང་གིས་མགོ་མཇུག་  
 མེད་པར་བརྒྱ་ཞིང་། ཡན་ལག་ལ་ལྟེར་ཆོ་རྟེན་པའི་མ་དག་པ་བྱུགས་པས་བྱ་བོར་  
 འོང་ངོ་། །གཞན་ཡང་བགོགས་ཡི་དམ་གྱི་གཟུགས་སུ་བརྟུབ་དང་། བྱུང་པར་ཡེ་  
 ཤེས་དག་པའི་མཁའ་འགྲོ་འཇིག་རྟེན་དུ་མི་རྒྱ་ཞིང་། སྒྲ་ཆོགས་ལས་གྱི་མཁའ་འགྲོ་



མས་ནམ་མཁའ་ལས་གཟུགས་སྟོན་པ་དང་། ལུང་སྟོན་སྟགས་བྱེད་ཅིང་ཐུན་མོང་གི་དངོས་གྲུབ་ཞུར་ལ་བསྐྱབ་པ་ཡོད་དེ། ཡང་དག་མ་ཡིན་པའི་དྲགས་སྒར་བས་ཤེས་པ་འགྱུར་ཞིང་སྒྲོའི་ཞེན་པ་ཆགས་སྒྲུང་དང་དགག་བསྐྱབ་རང་མཚན་པར་ཤར་ཏེ་ཆོས་དང་ཇེ་འགལ་ལ་འགྲོ་བ་ནི་བདག་ཉིད་མཁའ་འགྲོ་མའི་དབང་དུ་སྤོང་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དེ་ལ་རང་ཤར་ལས། མཁའ་འགྲོ་མ་དག་ལུང་སྟོན་པ་བྱུང་ན་ཉམས་བལྟ་བ་ཡིན་པས་དགོངས་པ་ལ་གཏད་དོ། །ཞེས་གསུང་བས། རང་བཞིན་མེད་པའི་དོན་ལ་མཉམ་པར་གཞག་པས་མཁའ་འགྲོ་མ་བདག་གི་དབང་དུ་གྱུར་ནས་ལྟར་སྒྲུང་གི་དངོས་གྲུབ་ཀྱི་རྗེས་སུ་བྲིད་ནས་བསྐྱབ་པར་མི་རུས་སོ། །གཞན་ཡང་སྤྱིར་སྤྱོད་སྟོན་པ་དང་། དྲག་སྒྲགས་དང་རྩྱུ་བཟོད་ཅིང་། སེམས་བསྐྱེད་སྟོན་པས་དེ་ལས་ལྷོག་པར་འགྱུར་རོ། །

གཉིས་པ་འཕེལ་ཉམས་ཀྱི་དྲགས་ནི། རྒྱུ་སེམས་འདུས་ཚུལ་གྱི་རྒྱུན་ལས་ཡིད་བརྟན་མི་རུང་བའི་ཉིང་འཛིན་གྲོ་བར་དུ་སྐྱེ་བ་དང་། ཉམ་མཁའ་ལྟར་སྒྲུང་དང་འོད་སྒྲུང་འབྲིགས་པ་སྟགས་མ་ངེས་པར་བྱུང་ན། རེས་འགའ་ཚུའི་དཀྱིལ་དུ་འདུག་ཤིང་གི་བྱང་བུ་སོར་བཅུ་དྲུག་པའི་བར་དུ་མཛིང་བ་ཉམས་ནས། ལུས་ལ་ཅན་དན་གྱི་མར་ཁུས་བསྐྱུ་མཉེ་བྱ་བ་དང་། བསེལ་བའི་ཁ་ཟས་བརྟེན། སྐྱེ་མེད་ཀྱི་སྒྲིང་པོ་ཨ་ཡིག་བགྲང་བ་སྟགས་པས་ཡང་དག་པའི་ལམ་དུ་སོར་ཚུད་པར་འགྱུར་རོ། །

གསུམ་པ་མི་འགྱུར་གསང་བའི་དྲགས་ནི། ལུས་ཤིང་བལ་ལྟར་ཡང་ཞིང་བློ་མདོག་བཟང་ལ་སྒྲུ་དཀར་དང་གཉེར་མ་མེད་པ་དང་། སྒྲ་སེན་སྐྱེ་བའི་རྒྱན་ཆད་པ་དང་། ལུས་ལ་རིགས་ལྟའི་ཕྱག་རྒྱ་དང་སྒྲུ་གཟུགས་ཡི་གའི་རྒྱུ་པ་གསལ་བ་དང་། གཞོན་ཤ་ཆགས་ཤིང་སྒྲུ་དཀར་ནག་པོར་འགྱུར་ནས་སོའུ་སྐྱེ་བ་སྟགས་ཏེ་ལུས་ཤིན་དུ་སྒྲུངས་པའི་ཡན་ལག་ལ་དབང་ཐོབ་པའོ། །དེ་བཞིན་དུ་ངག་ལ་བདེན་པ་འགྱུར་

པས་ཅི་སྒྲུལ་གཞན་ལ་ཡན་པ་དང་། ལྟུང་པའི་ཚིག་མི་འབྱུང་ཞིང་ཚོས་སྒྲུ་ཚོགས་  
 རང་དོལ་དུ་ཤེས་པ་དང་། གཏམ་རྒྱུད་དང་སྒྲ་སྒྲུད་སྒྲུ་ཚོགས་ཤེས་པ་དང་། རིགས་  
 དུག་སོ་སོའི་སྒྲ་སྒྲུད་ཤེས་པ་དང་། ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་བྱང་ཆུབ་སེམས་  
 དཔའི་གསུང་ཐོས་ཤིང་། དབུགས་ཕྱི་ནང་དུ་རྒྱ་བ་མེད་པ་ལ་སོགས་པའོ། །སེམས་  
 འབྱོངས་པས་བསམ་གོས་མི་དགོས་ཤིང་། ཉིང་ངེ་འཛིན་ལོ་བླར་བརྟན་པ་དང་། རྒྱུ་  
 གར་གཏད་དུ་འབྱོངས་པ་དང་། འདས་མ་འོངས་ཀྱི་རྣམ་རྟོག་དག་པས་བྱ་བའི་ལམ་གསལ་  
 འགགས་པ་དང་། སྤྱིང་རྗེ་ཚད་མེད་པར་སྒྲེ་ཞིང་ཉན་མོངས་པ་རང་རྒྱུད་དུ་མི་འཆར་  
 བ་སོགས་མདོར་ན་བཟང་ངན་གང་ལའང་རེ་དོགས་ཀྱི་མཐར་ལྷུང་བའི་དགག་བསྐྱབ་  
 ཀྱི་སྒྲོས་མ་གོས་པ་གནད་དམ་པའོ། །

གཉིས་པ་ཚད་མི་ལམ་གྱིས་བཟུང་བ་ནི། གསང་བ་སྒྲ་རྒྱུད་ལས། རབ་ལ་  
 འཆར་དང་འབྲིང་གི་ཤེས། །ཐ་མ་འགྱུར་བ་ངེས་པ་སྟེ། །ཞེས་དབང་པོ་རྩོན་པོ་དང་  
 བརྩོན་འགྱུས་རབ་དུ་གྱུར་བ་རྣམས་ལས་དང་བག་ཆགས་ཀྱི་འབྲེལ་བ་ཚོད་པས་སྒྲེ་  
 བ་འདི་ཉིད་ལ་འཆང་རྒྱ་བའི་དྲགས་སུ་མི་ལམ་དབྱིངས་སུ་དག་ནས་གཉིད་འོད་གསལ་  
 དུ་འཆར། འབྲིང་མི་ལམ་ལ་མི་ལམ་དུ་ཤེས་པ་སྒྲུལ་བསྐྱར་གྱི་གོམས་པ་ངེས་པ་ལས་  
 བར་དོར་འཆང་རྒྱ། ཐ་མ་བག་ཆགས་ངན་པའི་མི་ལམ་རྒྱན་ཆད་ནས་བཟང་པོ་ག་  
 ཉིག་དུ་མི་བ་ནི་རང་བཞིན་སྒྲུལ་པར་དབུགས་འབྱེན་པའོ། །

གསུམ་པ་ཐོབ་པ་གསུམ་གྱི་གཟེར་ནི། སྒྲ་མ་ལས། ཐོབ་པ་གསུམ་གྱིས་གཟེར་  
 བཏབ་པས། །བྱག་བཅས་ལུང་པོ་མི་སྤང་ངོ་། །ཞེས་པས་ཚིག་གིས་འགྲེལ་བྱོགས་  
 དོན་གཅིག་ལ་བསྐྱར་སྒྲོས་ཡང་ཡང་མ་བྱས་ན་ཆོ་མི་ཆད་པས། ཕྱི་སྤང་བ་ལ་དབང་  
 ཐོབ་པས་རྒྱུན་སྤང་ཞིང་ཁམས་སུ་འཆར། བྱང་སྒྲུ་ལུས་ལ་དབང་ཐོབ་པས་རྗེས་  
 བཅས་འོད་གསལ་དུ་དག གསང་བ་རྒྱུང་སེམས་ལ་དབང་ཐོབ་པས་མཆོམས་མེད་



ལྷ་དང་ལུན་པའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་ཡང་རིག་པ་གཏད་པས་འདྲོངས་པའོ། །

བཞི་བ་གདེང་བཞི་ནི། རིན་པོ་ཆེ་སྤངས་པར། མི་འགྱུར་བལྟ་བའི་གདེང་ཆེན་  
བཞིས། མི་ལྷོག་ཡེ་ཤེས་ཆད་ཀྱང་བབྱང་། །ཞེས་པས། ངན་སོང་གསུམ་གྱི་སྤྱག་  
བསྐལ་དང་ཆེ་ཆད་ལ་སོགས་པ་ཐོས་ཀྱང་རང་ངོ་གདོད་ནས་ལྟུལ་མི་ཤེས་པའི་ཐོག་  
ཏུ་བདེ་སྤྱག་ཤེས་བྱ་ལ་མི་སྤྲིད་པར་ཐག་ཆོད་པས་ངན་སོང་ལ་བག་མི་ཆ་བའི་གདེང་།  
རིག་པ་གཞི་ཐོག་ཏུ་ཐེབས་པ་ལ་འཁོར་བ་མིང་ཅམ་དུ་འང་མ་གྱུབ་པར་རྒྱ་འབྲས་རྣམ་  
སྤྲོན་ལ་མི་རེ་བའི་གདེང་། ཆོས་ཉིད་གྱི་གཤིས་ལ་འདི་ལྟར་གྲོལ་ནས་འདི་ཅམ་དུ་  
བདེའོ་སྟམ་པའི་སྤང་འདས་རབ་ཆོན་པ་མེད་པས་ཐོབ་བྱ་ལ་རེ་བ་མེད་པའི་གདེང་།  
རྒྱལ་བའི་ཁམས་ལ་ཡོན་ཏན་ཆད་མེད་པར་ཐོས་ཀྱང་རང་ངོ་རིག་པ་ལས་ཐ་དད་པའི་  
སངས་རྒྱས་རྒྱ་སྤྲི་ཅེ་མོ་ཅམ་དུ་འང་མེད་པ་གཤིས་ཐོག་ཏུ་ཐེབས་པས་དགའ་བྱོད་  
མཉམ་པ་ཉིད་དུ་དག་པའི་གདེང་སྟེ། རྣམ་པ་བཞིས་ཆད་དུ་བསྐྱོལ་ནས་མུ་ངན་ལས་  
འདས་པའི་གྲོང་བྱེར་དམ་པར་འཇུག་པ་ནི། རྡོ་རྗེ་སེམས་དཔའི་སྤྲིང་གི་མེ་ལོང་གི་  
རྒྱད་ལས། མུ་ངན་ལས་འདས་པ་དེ་ཡང་གཉིས་ཏེ། ཡང་དག་པར་རྫོགས་པར་  
སངས་རྒྱས་པ་དང་། མངོན་པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་པའོ། །དེ་ལ་ཡང་དག་པར་  
རྫོགས་པས་སངས་རྒྱས་པ་ནི། སྤང་བོ་ལྷག་མ་མེད་པར་སངས་རྒྱས་པའོ། །མངོན་  
པར་རྫོགས་པར་སངས་རྒྱས་པའི་སྒྲེས་བུ་དེ་ལ། འོད་དང་། སྤྲ་དང་། གདུང་དང་།  
སྤྲ་དང་། ས་གཡོ་བ་ལ་སོགས་པར་འབྱུང་ངོ་། །ཞེས་བཤད་པའི་སྤྲ་མ་ནི་ལྟེ་བཙུན་  
ཆེན་པོ་ཡན་གྲགས་པ་མངོན་གྱུར་བ་ཡིན་ལ། བྱི་མ་ནི་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་དྲི་མེད་  
འོད་ཟེར་མཆིམས་ལུ་ནགས་ཀྱི་དུར་བྱོད་ཆེན་པོར་འོད་རྣམ་པ་གཉིས་ལས་བྱིམ། སྤྲ་  
རྣམ་པ་གཉིས་ལས་འུར་བ། སྤྲ་རྣམ་པ་གཉིས་ལས་བྱོ་བོ། འབྱུང་བས་མི་བཤིག་  
པའི་གདུང་དང་རིང་བསྐལ་རྣམ་པ་གཉིས་ཀ་ས་ཆེན་པོ་འདི་འུར་རབ་ཏུ་འུར་འགྱུལ་

རབ་ཏུ་འགྲུལ། ལྷོག་རབ་ཏུ་ལྷོག་པའི་གཡོ་བ་རྣམ་པ་དུག་ལན་བདུན་དུ་བསྒྲགས་  
ནས་ལྷུར་ཏུ་མངོན་པར་རྫོགས་པར་འཛང་བྱ་བའི་དྲགས་མ་ཚང་བ་མེད་པ་བསྟན་  
ནས་གདོད་མའི་ས་ལ་གཤེགས་པ་བཞིན་ནོ། །

དོན་གཉིས་པ་དབང་པོ་འབྲིང་བར་དོར་གྲོལ་བའི་གདམས་པའི་ངེས་འབྲེད་ནི།  
ཐལ་འགྱུར་ལས། དབྱེ་ན་རྣམ་པ་བཞི་དག་ལས། །ཅེས་རང་བཞིན། འཆི་ག་ ཆོས་  
ཉིད། སྤྱིད་པ་སྟེ་བར་མ་དོའི་ས་མཚམས་བཞིར་ངེས་པ་ལས། དང་པོ་རང་བཞིན་  
གྱི་བར་དོ་ནི། སེམས་ཅན་གྱི་ཁམས་སྤྱི་ཚན་ལ་ཀུན་གཞིའི་སྟངས་དུ་ཉོན་མོངས་སྒྲ་  
མས་བཞག་པས་བག་ཆགས། བྱི་མ་བསྐྱེད་པའི་ཆ་ནས་ས་བོན། ལས་ཐ་དད་པའི་  
དབང་གིས་གནས་རིགས་བདེ་བ་དང་། ལྷག་བསྐྱེད་པ་དང་། བར་པ་ལ་སོགས་ཏེ་  
སྤྱི་ཆོགས་སྒྲ་འཕེན་པའི་མཐུ་ཡོད་པས། ལུས་པ་ཞེས་ཅུ་བ་མ་རིག་པ་གཅིག་གིས་  
གཟུང་འཛིན་ཐ་དད་དུ་བསྐྱེད་པའི་འབྲས་བུ་ལས་མཐུན་གྱིས་ཆ་སོ་སོ་བསྐྱེད་པས་  
སྤྱི་ཚན་འགྲོ་བ་དུག་ཏུ་སྤང་ཞིང་དེར་ཡང་དངོས་གཅིག་ལ་སེམས་ཅན་རང་རང་གི་  
ལས་གྱི་དབང་ལས་ཆུ་གཅིག་ལུ་ཉིད་ལའང་ལྷས་བདུད་ཅི། མིས་ཆུ། དུད་འགྲོས་  
བདུང་པ། ཡི་དགས་གྱིས་རྣག་ཁྱུག་དམུལ་བས་མེ་མདག་གི་ཆར་དུ་མཐོང་ཡང་བྱི་  
རོལ་ནས་བདེན་གྲུབ་ཏུ་མེད་པ་ནི། སྤྱོད་འཇུག་ལས། ལྷགས་བསྐྱེད་པས་གཞི་སྒྲ་  
ཡིས་བྱས། །མེ་ཆོགས་དེ་དག་གང་ལས་བྱུང་། །དེ་འདྲ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་ནི། །སྤྱི་ག་  
སེམས་ལགས་པར་བྱབ་པས་གསུངས། །ཞེས་གསུངས་པ་བཞིན་ནོ། །དེའི་ཕྱིར་  
ཁམས་གསུམ་པའི་སྤང་བ་བཀོད་པ་ཅུ་ནས་རང་བཞིན་གྱི་བར་དོར་ཆུད་པ་ལས།  
འདིར་རང་ཅག་འགྲོ་བ་མི་རྣམས་ནི་སྤང་བོ་ལྷས་སྤྱི་ལའི་སྤང་བ་ལ་བསྐྱིབས། ཁམས་  
དང་སྤྱི་མཆེད་གྱིས་དངས་མའི་འོད་གསལ་ལ་ལ་བསྐྱིབས། ལས་དང་ཉོན་མོངས་པས་  
ཆོས་ཉིད་གྱི་སྤང་བ་ལ་བསྐྱིབས་པས་ད་ལྟའི་བདེ་སྤྱི་རང་ཚན་པ་ལ་སྤྱོད་ཅིང་། བྱི་



མའི་སྤྲིད་པ་འདྲན་པ་ལས་འོས་མེད་པའི་མཚང་ཆེན་པོ་འདི་ཤེས་པར་བྱས་ནས་དེ་ལས་  
 ལྷོག་པའི་ཐབས་རང་བཞིན་གྱི་བར་དོ་འདིར་ཤེས་བྱའི་སྒྲོ་འདོགས་གཅིད་ལུགས་དཔེར་  
 ན་ཐི་བྱ་ནི་འདབ་ཆགས་ཅང་ཤེས་བས་དང་པོར་ཆང་འཆའ་དུས་ཙམ་ནས་མི་ལ་སྟགས་  
 བའི་གཞི་དཔ་ལེགས་པར་བརྟགས་ཏེ་བཙན་སར་བཙས་ཆར་ནས་ཕྱིས་ཆང་དུ་ནམ་  
 འདུག་གྲང་ཆམ་ཆོམ་མེད་པར་འདུག་པ་བཞིན། ད་ལྟ་ཉིད་ནས་ཡུང་དམ་པོ་ལ་སྒྲེལ་  
 མའི་ཉེར་བསྟོགས་སྤྱ་ན་མེད་པ། ཐོས་པ་མ་རིག་མུན་སེལ་སྒྲོན་མེ་ཡིན། །ཞེས་པ་  
 ལ་སྟགས་པའི་དོན་ལ་ཡིད་རབ་དུ་གཞུངས་ནས་ཐོས་བསམ་གྱི་སྒྲོ་འདོགས་ངེས་པར་  
 ཆོད་པ་གཅེས་ཏེ། དེའང་དེང་སང་དུས་ཀྱི་རྒྱད་པ་དང་སྒྲོ་བ་སྣ་ཆོགས་པས་གཞུངས་  
 པར་སྒྲུང་བའི་ཕྱིར་ཆོག་དོན་རིན་པོ་ཆེར། སྒྲོན་བསྐྱལ་པ་བཟང་དུས་སུ་སྤྱ་མ་ཡང་  
 གྲུབ་ཆེན་ཤ་སྟག་བྱོན། རང་གི་ལས་འབྲོ་དང་སྤྱ་མའི་བྱགས་རྗེ་དང་། མངོན་པར་  
 མཁྱེན་པས་གནད་དུ་འགྲོ་བའི་ཆོས་རང་གང་མོས་ལས་འབྲོ་ཡོད་པ་གཅིག་ཕུ་དེས་གྲོལ་  
 བ་ཡིན་གྲང་། ད་ལྟའི་དུས་ན་ལས་འབྲོ་བཟང་པོ་འང་དགའ་ལ། རྣམ་རྟོག་གྲངས་  
 མང་བས་སྒྲོས་པ་གཅིག་གིས་ཆོད་པའང་སྤྲིད་མཐའ་མ་ཁེགས་པ་ཙམ་ལས། བལ་པ་  
 ཀུན་ཐོས་བསམ་བློགས་མེད་དུ་སྒྲོང་དགོས་ཏེ། ད་ལྟའི་སྒྲོང་ཏིག་འདིའི་བསྟན་པའི་  
 མཐའ་མ་མོས་པས་སྒྲོད་པའི་ས་ཞེས་བྱ་བ་ལ་སྒྲེབ་པའི་དུས་ཏེ། བྱད་པར་དུ་གསང་  
 བ་རྒྱལ་པོ་འདི་ཀུན་གྱི་ཅེད་མོ་ཡིན་པས་གྲང་ཐོས་བསམ་ཆེ་ལ་ཤེས་རབ་དང་སྒྲལ་  
 བ་མཆོག་མ་གཏོགས་པས་འདིའི་དོན་རྟོགས་མི་སྤྲིད་པའི་ཕྱིར་ཐེག་པ་འདིར་འདུག་  
 པ་ལ་ཐོས་བསམ་ཆེ་བ་ཞིག་བསྟན་དགོས་ཏེ། ཞེས་དང་ལྟག་པར་སྒྲོབ་དཔོན་དེ་  
 ལམ་མ་ནོར་བ་དགོས་ཏེ། ནོར་ན་དེས་བསྟན་ཆད་ནོར་པ་ལ་འགྲོ་བའི་ཕྱིར་དང་པོ་  
 ཐོས་བསམ་རྒྱ་ཆེ་བ་གཅེས་སོ། །ཞེས་ལྟ་བརྒྱའི་འགྲོ་བ་ལ་ཤིན་ཏུ་བརྩེ་བས་གདམས་  
 པ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་འཆི་ཀའི་བར་དོ་ནི། ཉི་ཟླ་ཁ་སྟུར་ལས། ཆོ་ནི་མི་རྟག་མགོན་པོ་འདྲ། །  
 མགོན་པོས་རྟག་ཏུ་སྟོང་པ་མེད། །ཅེས་སྒྲེས་པ་ཙམ་ནས་འཆི་བའི་རང་བཞིན་མདུན་  
 ནས་སྒྲུག་པར་སྒྲུང་བའི་ཕྱིར། ཉི་ཟླ་ཁ་སྟུར་དང་མན་ངག་གི་ཡི་གེ་རྣམས་སུ་འཆི་བ་  
 བརྟག་བསྐྱའི་ཡན་ལག་རྒྱས་པར་བཤད་པ་རྣམས་ཉམས་འོག་ཏུ་ཆུད་པས་གྲོ་བུར་གྱི་  
 བར་ཆད་ལས་གྲོལ་བར་བྱ་ཞིང་དེར་མ་ལྟོས་པ། གང་དུ་གནས་ཀྱང་འཆི་བས་མི་  
 རྟགས་པའི། །ས་ཕྱོགས་དེ་ནི་ཡོད་པ་མ་ཡིན་ཏེ། །ཞེས་པའི་ངེས་པ་རྒྱལ་པོ་ལ་གདམས་  
 པའི་མདོ་ལས་ཇི་ལྟར་བཤད་པ་བཞིན་ཐོག་ཏུ་འབབ་པའི་ས་མཆམས་ནི། འཆི་  
 རྒྱུན་གྱི་ནད་ཀྱིས་ཐེབས་པ་ནས་ནད་དཔྱགས་ཁྱོག་གིས་ཆད་པ་རྒྱུན་ཆད་དོ། །དེའི་  
 ཆོ་དུས་ན་མི་གསལ་བ་གསལ་གདབ་པ་སྒྲིག་མའི་མེ་ལོང་ལ་ལྟ་བུ་བྱའི་གདམས་  
 པ་དགོས་ཏེ། །ཁ་སྟུར་ལས། དེ་ཆོ་བླ་མའི་མན་ངག་རྣམས། །རང་གི་རྒྱུད་ལ་འདྲིས་  
 པར་བྱ། །ཞེས་པས། འཆི་བའི་རྟགས་དང་གར་འཆི་ནམ་འཆིའི་རྩིས་གདབ་མེད་པ་  
 བྱ་ཆུང་ལྟ་བུར་འཆི་བའི་གང་ཟག་ཐོགས་པ་ཆེན་པོར་གྱུར་པ་རྣམས་ལ་གདམས་པ་  
 འདི་མི་དགོས་ཀྱང་། འབྲིང་གི་རབ་ཡུལ་རྒྱུན་གྱིས་མི་གཞོན་པས་རྒྱལ་མ་དང་གོང་  
 བྱེད་གྱི་སྤང་མདོར་འཆི་བ་སྤང་བོ་ལྟ་བུའི་འཆི་ལུགས་སམ། འབྲིང་ཡུལ་རྒྱུན་ལས་  
 འདས་པར་འཆི་བ་གངས་ཁྱོད་དང་རི་ལུག་ལུང་སྟོངས་སོགས་པར་རི་དྲགས་དང་སེང་  
 གོ་ལྟ་བུར་འཆི་བ་དག་གིས་སྒྱུ་དང་ཡེ་ཤེས་ལ་འཇུག་པ་འོད་གསལ་སྤུབས་འཇུག་  
 གམ། ། ཡུལ་དང་གནས་ལ་འཇུག་པ་འཕོ་བའི་གདམས་པ་གཉིས་གང་ལ་འདྲིས་  
 ཤིང་གོམས་པའི་སྟོའི་རྩིས་པ་དང་སྒྱུར་ནས་གསལ་གདབ་པའི་སྤྲུལ་མ་ནི། ཉི་ཟླ་ཁ་  
 སྟུར་ལས། སྒྱུ་དང་ཡེ་ཤེས་འཇུག་ལུགས་ནི། །རིག་པ་འདི་ལྟར་གཏད་པར་བྱ། །ལུང་  
 པོ་སེང་གའི་ཉལ་ལུགས་ཀྱིས། །རིག་པ་ཉིད་ནི་མིག་ལ་གཏད། །ཡིད་ཙམ་བར་སྒྲུང་  
 ལམ་དུ་བྱ། །དབྱིངས་དང་རིག་པ་མི་འགྱུར་ན། །མི་དེ་བར་དོ་མེད་པར་ནི། །འཆང་















སུ་འདྲོངས་ལ། བདེ་འགྲོར་འཕེན་པ་རྣམས་གོང་ནས་གོང་དུ་འདྲོངས་སོ། །གལ་ཏེ་  
 དམུལ་བར་སྐྱེ་བའི་རྟགས་ཅན་ཡིན་ན་མར་གྱི་ཟང་ཐལ་དགག་པའི་ཕྱིར་དབུགས་དང་  
 འབྲལ་བའི་ཆེ་ཁོའི་རྣམ་ཤེས་སྒྲིང་ཁར་ཨར་གསལ་བདོ་བའི་ངང་ལ་ཨ་བརྗེད་པ་དང་  
 ལྷན་ཅིག་འོད་ལྡར་མེར་གྱིས་ཁུ་བ་དང་རང་སེམས་བསྐྱེས་ཏེ་མཉམ་པར་བཞག་པས་  
 འདྲེན་པ་པོ་རྟགས་པ་མཆོག་དང་ལྷན་ན་ཁོའི་རྣམ་ཤེས་རང་བཞིན་གྱི་འོད་གསལ་ལ་  
 ཡོད་པའི་ཕྱིར་དང་ཆོས་ཉིད་གྱི་བདེན་པ་ནང་འབྲུད་ནས་འདྲོངས་པའི་གནད་ཁྱད་པར་  
 ཅན་ཞིག་ཡོད་པ་ཐེག་པའི་རྒྱལ་པོ་འདིའི་ཁྱད་ཆོས་སོ། །འདི་དག་གི་ཆེ་རྒྱལ་པོ་  
 གདན་ལ་བཞུགས་པ་ལ་སྒྲོན་པོའི་སྒྲོགས་རྩོམ་འཕྲོག་པའི་དཔེར་བཅུགས་ནས་ལུས་ཀྱི་  
 བྲག་རྣམས་སྒྲོག་རྩར་འདུས་པའི་བྱེད་ལས། བྲག་ཐིག་རིམ་པ་གསུམ་རྒྱབ་པས་  
 དབུགས་ཀྱང་རིང་བུང་གི་རྣམ་པས་རིམ་པ་གསུམ་གྱིས་ཐ་མར་ཕྱི་དབུགས་ཆད། རྒྱང་  
 རྣམ་པར་ཤེས་པ་ལ་ཐིམ་ནས་དར་ཅིག་རིག་པ་སྒྲིང་དབུས་སུ་བརྒྱལ་ནས་དྲན་པ་མེད་  
 པའི་ཆེ་ནང་དབུགས་ཆད་པའི་སྐབས་ཏེ། རྒྱོང་གསལ་ལས། དེ་ནས་ལུས་ཀྱི་བྲག་  
 འདུས་ནས། །སྒྲོག་རྩའི་ནང་ནས་བྲག་ཐིགས་རྒྱབ། །ཁ་དང་མིག་གཉིས་སྒྲུ་ལྷག་  
 འགྲོ། །དབུགས་ནི་ཁྱུ་གང་ཙམ་དུ་ཆད། །དེ་ནས་བྲག་ཐིགས་གཉིས་རྒྱབ་པས། །  
 མགོ་ཁྱུ་དབུགས་ནི་མདའ་གང་ཆད། །དེ་ནས་བྲག་ཐིགས་གསུམ་རྒྱབ་པས། །  
 ཨིག་ཅེས་དབུགས་ནི་འདོམ་གང་ཆད། །དེ་ནས་ཕྱི་དབུགས་ཆད་པ་དང་། །རིག་  
 པ་སྒྲིང་དཀྱིལ་བརྒྱལ་ནས་སྔོད། །དེ་ནས་ནང་གི་དབུགས་ཆད་ནས། །ཆོས་ཉིད་  
 བར་དོ་འཆར་བ་ཡིན། །ཞེས་སོ། །

གསུམ་པ་ཆོས་ཉིད་གྱི་བར་དོ་ནི། སྤང་པོ་བདག་འཛིན་གྱི་རྟེན་པོར་བས་རང་  
 སྤང་ཡིན་ལུགས་ཀྱི་འོད་གསལ་སྤང་བ་སྟེ། དེའི་ཆེ་རང་སྤང་ལ་རང་ཡིད་ཆེས་པ་མ་  
 བང་དུ་བྱ་འཇུག་པ་ལྟ་བུའི་གདམས་ངག་དགོས་ཏེ། དཔེ་ནི་མ་སྤུ་འབྲེལ་ཟབ་པར་

མ་ཟད་ལས་ཀྱི་དབང་ལས་དུད་འགྲོ་སྒྲིམ་མ་ཐག་པས་ཀྱང་རང་གི་མ་ལ་མང་པོས་  
 གསེབ་ནས་ཡིད་གཉིས་མེད་པར་རྩ་བ་བཞིན། གཞིའི་རིག་པ་ངོ་བོ་ཀ་དག་ཆེན་པོ་  
 མ་ལྟར་གནས་པ་དེ་ཁྱེད་མཆོད་ཀྱིས་རྟོགས་ལ། དེ་ལས་གཞི་སྒྲིམ་དུ་མཆེད་པའི་  
 རྩལ་གྱི་སྒྲིམ་བ་ལུ་ལུ་བུ་དེ་ཐོད་རྒྱལ་གྱིས་གོམས་པས། ངོ་བོ་དང་རང་རྩལ་གཉིས་  
 པར་དོར་ཉི་མ་དང་ཟེར་གྱིས་རང་བཞིན་དུ་རང་སྒྲིམ་ལས་གཞན་དུ་མ་ཡིན་པར་ངེས་  
 ཤེས་འདྲོངས་པས་མ་པང་དུ་བུ་འཇུག་པ་ལྟར་བྱེ་བྲག་བྱེད་པའི་མོད་ལ་བར་དོ་རང་  
 བཞིན་མེད་པར་སངས་རྒྱུ་བའོ། །དེ་ལ་གསང་ལམ་ཁྱུང་པར་ཅན་འདི་ཡོད་དེ།  
 རྟོག་བཅས་ཀྱིས་བཅིངས་པའི་ཐིམ་རིམ་ཐམས་ཅད་རྫོགས་ནས་ལུས་སེམས་འབྲེལ་  
 པ་ཆད་པའི་གནས་སྐབས་ན། ཀྱན་གཞིའི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དྲན་པ་དང་དྲན་བྱེད་  
 མེད་པ་རྣམ་མཁའ་ལ་ཐིམ་པའི་ཐ་སྒྲིམ་དོན་དམ་པར་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ་ཐིམ་  
 པའི་སྒྲིམ་ཅིག་མ་རང་བཞིན་གྱི་འོད་གསལ་སྟོན་ཀའི་རྣམ་མཁའ་སྤྱོད་དང་བྲལ་བ་ལྟ་  
 བུ། རྒྱ་གར་ཡང་མ་ཆད། བྱུགས་གང་དུ་འང་མ་ལུང་སྟོང་གསལ་སྒྲིབ་གཡོགས་དང་  
 བྲལ་བར་འཆར་བས་དེ་ངོས་ཟེན་པར་བྱས་ཏེ་གཤིས་ཐོག་དུ་བཅས་བཅོས་མེད་པར་  
 བཞག་པས། གདོད་མའི་གྲོལ་གཞི་ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ལྷུལ་གཞི་ལས་ཁྱུང་ཆོས་  
 དུག་གིས་བྱེ་བྲག་བྱེད་པའི་ཀ་དག་གི་ནང་དབྱིངས་ཆེན་པོར་བཅན་ཐབས་སུ་གྲོལ་བ་  
 ཡིན་ནོ། །འདིར་ཀྱན་མཁྱེན་གྱིས། ཟབ་དོན་རྒྱ་མཚོར་རྣམ་མཁའ་འོད་གསལ་ལ་  
 ཐིམ་པའི་སྐབས་སུ་གྲོལ་ས་འདི་བསྟན་པ་ནི། སྒྲིམ་ཅིག་མ་དང་པོར་ཞེས་པའི་ཆོག་  
 གི་འོག་མ་ལ་འབྲེལ་སྒྱུར་ནས་བཞོད་པ་ཡིན་གྱི་རྒྱ་མཚན་དཔྱད་པ་རྫོགས་པའི་མན་  
 ངག་དུ་ཞལ་གདམས་ཀྱིས་བསྟན་པ་ཉམས་ལེན་གནད་གྱི་སྟོན་མེ་ལ་སོགས་པས་ཤེས་  
 སོ། །ལར་རྒྱས་བསྟན་གྱི་བཤད་པ་དང་། གཤམས་ཀྱི་བཤད་པ་ལ་སོགས་མཐའ་  
 དུག་དང་རྩལ་བཞིས་བཅིངས་པ་དག་ལ་སྒྲིམ་བ་གདོད་གཏད་ཀྱི་ཤེས་བྱ་མི་འཇུག་



པས་འདི་དག་ལ་ལུང་སྒྱུར་དང་རིག་པའི་ཉག་ཐུན་ཅུང་ཟད་འཕེན་པར་སྒྱུ་ནའང་འདི་  
 བོ་མན་ངག་གི་ཡི་གེ་ཡིན་པས་དོན་ལ་རྟོན་པའི་ཆ་ནས་ཆོག་མང་པོ་འཛེམས་སོ། །  
 དེར་མ་གྲོལ་ན་ནམ་མཁའ་འོད་གསལ་ལ་ལ་ཐིམ་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། ཉི་ཟླ་ཁ་སྒྱུར་ལས།  
 སྒྲེས་བུ་རྣམས་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་འོད་གསལ་ལ་ལ་ཐིམ་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། དཔུགས་ཕྱི་  
 རང་གི་འགྲུལ་ཐག་ཆད་མ་ཐག་ཏུ་རང་གི་དབང་པོ་རྣམས་ཀྱི་ལས་དངོས་པོར་སྒྲུང་བ་  
 བོ་མེད་དེ། ཡོད་སྒྲུམ་པའི་ཤེས་པ་ནི་འབྱུང་ངོ་། །རྫོས་བཅས་ཀྱི་ལུས་འདི་མི་སྒྲུང་  
 སྟེ་འོད་ཀྱི་ལུས་སུ་གསལ་ལོ། །དེའི་ཆོ་སྒྱུད་ལུལ་དུ་གྱུར་ཆད་ཅམ་འོད་ཟེར་ལཱའི་  
 ད་ཀྱི་ལ་ལའོར་དུ་སྒྲུང་ངོ་། །ཞེས་དེའི་ཆོ་དུས་མ་འགྱུར་པར་སྒྲུང་བ་འགྱུར་ནས་ཕྱིས་  
 རོ་རི་བྲག་རྩི་ཤིང་ནགས་ཆལ་ཉི་ཟླ་དང་བཅས་པའི་བརྟན་གཡོའི་སྒྲུང་བ་ནི་རྒྱལ། གང་  
 དུ་བལྟས་ཀྱང་ཟ་འོག་ཁ་ཕྱེ་བའམ། སང་རས་བཀའ་པའི་མིག་ཉི་ཟེར་ལ་བལྟས་པ་  
 བཞིན་། སྒྲུང་བ་ཐམས་ཅད་ཤིན་ཏུ་བཀྲ་བ། ཁ་དོག་སྒྲ་ཆོགས་པ། ཕྱི་ནང་དང་ཡང་  
 དོག་མེད་པ། འགྲུལ་འཕྲིག་གི་རྣམ་པ་ཅན་རབ་ཏུ་འཆོར་བའོ། །དེའི་ཆོ་ད་ལྟ་ཐོད་  
 ཀྱི་ལ་ལ་ཇི་ཅམ་གོམས་པ་ཅམ་ཀྱི་སྒྲུང་བ་དེ་རིག་པའི་གྲོགས་སུ་གྲོལ་ལོང་ཡོད་པར་  
 འཆར་ཞིང་། མ་གོམས་པ་དག་ལ་སྐར་མདའ་རྒྱག་པའི་ཆ་ཅམ་ལས་མེད་པའང་ཡོད་  
 དེ། རིག་པ་རང་ས་འཛིན་པའི་ཚུལ་ཅུ་རྒྱད་ལས། དེ་ཆོ་འོད་སྒྲུང་དུ་མ་བུའི་ཆོ། །  
 མཁས་པས་སྒྲུང་བ་མཆེད་པ་བཟུང་། །ཞེས་རང་བཞིན་གྱིས་བསམ་གཏན་ལ་བག་  
 ལེབ་ནས་སྒྲུང་བ་མཆེད་པ་རང་སྒྲུང་དུ་ངོས་བཟུང་བས། སྐད་ཅིག་མ་དང་པོར་རང་  
 སྒྲུང་རང་བཞིན་མེད་པར་ཡིད་ཆེས། གཉིས་པ་རང་ས་རུ་གྲོལ། གསུམ་པར་གྲོལ་  
 ཐོག་ཏུ་བཅན་ས་ཟེན་པས་དེ་ལན་ཆད་ཀྱི་སྒྲུང་བ་གང་ཡང་མེད་དོ། །དེ་ནས་འོད་  
 གསལ་བུང་འཇུག་ལ་ཐིམ་པ་ནི། ཉི་ཟླ་ཁ་སྒྱུར་ལས། ཡང་སྒྲེས་བུའི་འོད་གསལ་དེ་  
 ཟུང་འཇུག་ལ་ཐིམ་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། སྒྲུང་བ་དེ་དག་སྒྱུའི་རྣམ་པར་རང་ཤར་ཏེ། སྒྱུ་དེ་

དག་ཀྱང་མི་ཆེ་བ། མི་ཆུང་བ། ཆ་མཉམ་པ། རྒྱུན་དང་། ལ་དོག་དང་། བཞུགས་  
 ཚུལ་དང་། གདན་ཁྱིམ་དང་། རང་རང་གི་ཕྱག་རྒྱ་དང་བཅས་པ་སྟེ། ཞེས་པས་ཁྱོ་བོའི་  
 རྣམ་པར་ཤར་བའི་ཆོ། སྐྱེ་དེ་དག་ཀྱང་དུང་ཁང་ན་ཡུངས་འབྱུང་ལྷན་པ་ཙམ་ལས་མེད་  
 ཀྱང་བར་དོར་འཛིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་ཁྱབ་པ་ཙམ་དུ་ཆེ་བ་ནས། ཡུངས་འབྱུང་ཙམ་དུ་  
 ཆུང་བའི་བར་ཆ་མཉམ་ཞིང་། དེ་དག་ཀྱང་མགོ་བརྒྱན་མ་ངེས་པ་ལ་མཆོན་ཆ་སྒྲ་  
 ཆོག་ས་པའི་འབྲུལ་འཁོར་གྱིས་རང་ཉིད་ལ་བརྟེན་པའི་སྤྱང་བས་སྒྲག་པ་དང་། འབྲུག་  
 རྟོང་ལྷེར་བ་ཙམ་དུ་ཆེ་བའི་སྒྲ་བཟད་པས་སྤངས་པ་དང་། མཆོན་ཆའི་རྣམ་པར་བྱག་  
 པའི་ཟེར་གྱིས་འཛིག་པ་སྟེ། གྲོང་གསལ་ལས། དེ་ཆོ་སྒྲ་འོད་ཟེར་དུ་འབྱིགས། སྒྲ་  
 ཡིས་སྤྱང་བས་སྒྲག་པར་བྱེད། ཁྱེད་སོ། ཁྱེད་ལ་སེང་གའི་གསོལ་མཐོང་བས་མཆོང་  
 ཕྱགས་ནས་རིག་པ་བཞིན་རང་སྤྱང་ལ་བག་མི་ཆ་བའི་གདེང་དགོས་ཏེ། ཐུན་མོང་  
 བའི་གང་ཟག་བཟང་པོ་དག་ཀྱང་འདི་ནས་ལྟོག་པའི་ཚུལ་མན་ངག་སྤྱིང་དགོངས་ལས།  
 གྱེ་གསང་བའི་བདག་པོ། ད་ལྟོ་ངོ་མ་འཕྱུང་ན་སྒྲོམ་སྒྲུབ་ཇི་ཙམ་བྱས་ཀྱང་སངས་མི་  
 རྒྱུའོ། །གདམས་ངག་དང་མ་ཕྱད་པས་འོད་གྱིས་འཛིགས་སོ། །སྒྲས་སྤངས་སོ། །  
 ཟེར་གྱིས་སྒྲག་གོ། གདམས་པའི་གནད་ངོ་མ་འཕྱུང་ན་སྒྲ་འོད་ཟེར་གསུམ་ངོ་མ་ཤེས་  
 པས་འཁོར་བར་འབྱུང་མོ། ཞེས་སོ། །རྒྱ་མཆོན་དེས་རྣལ་འབྱུང་ཆེན་པོའི་རྒྱུད་དག་  
 ལས་བར་དོ་སྒྲ་ལུས་ལོངས་སྒྲར་ལྷང་བའི་དོད་ཐུབ་བསྟན་མོད་དེ། དེ་དག་མན་ངག་  
 གི་རྒྱུད་མ་ཡིན་པས་རང་བཞིན་ལྟན་གྱུ་བྱེད་ཀྱི་སྤྱང་ཆ་སྒྲ་ཇི་བཞིན་པ་འདི་གཤེད་སྟེ། རང་  
 སྤྱང་ལ་ལོངས་སྒྲར་ཤར་བའི་དབྱིངས་སུ་འཛོང་རྒྱ་མི་ཤེས་པར་སྤྱང་བ་རང་ཆོན་པར་  
 འཛིན་པ་ལས་ཆེས་འཕགས་པའོ། ཁྱེད་སྤྱད་དུ་གྲོང་དུག་པར། ཆོས་ཉིད་དག་པའི་  
 བར་དོ་དང་། ཡི་དམ་ལྟ་ཡི་སྒྲ་ལུས་གཉིས། འདྲའོ་འདྲའོ་ནོར་ར་རེ། ཞེས་སོ། །  
 དེ་བཞིན་དུ་ཞི་བའི་སྤྱང་བ་ནི། ཁྱེད་སྒྲུར་ལས། སྐྱེ་དེ་ཀྱན་ཀྱང་ལྟ་ལྟའི་བྱང་གིས་ཁྱབ་



པ། ལྷ་ཚན་རེ་ལ་འོད་གྱི་མུ་ཁྱུད་དང་བཅས་པ། ཡབ་གྱི་ཆ་འཛིན་པའི་རིགས་དང་།  
ཡུམ་གྱི་ཆ་འཛིན་པའི་རིགས་དང་། སེམས་དཔའ་དང་། སེམས་མ་དང་། དགྱེལ་  
ལའོར་ཐམས་ཅད་གཅིག་ལ་ཚྛོགས་པར་གནས་སོ། །ཞེས་རིགས་ལྷ་ཡབ་ཡུམ་གྱི་  
ཚོམ་བུའི་སྒྲུང་བ་དེ་ནི་རིམ་གྱིས་སྒྲིན་པ་འབྲས་གྱི་ལྷང་པ་ལྟར་བསམ་གཏན་གྱི་ཞག་  
ལྟར་རིམ་པ་བཞིན་འཆར་བའི་ཚུལ་ཞག་དང་པོར་རྣམ་པར་སྒྲུང་མཛད་ཡུམ་དང་བཅས་  
པ་གཙོ་བོར་བཞུགས་པའི་ལྷ་ཚོམ། གཉིས་པ་མི་བསྐྱོད་དོན་རྗེ། གསུམ་པ་ལ་རིན་  
ཆེན་འབྱུང་ལུ། བཞི་པར་སྒྲུང་བ་མཐའ་ཡས། ལྷ་པ་དོན་ཡོད་གྲུབ་པ་གཙོ་བོར་  
བཞུགས་པའི་ཚོམ་བུ་སྟེ་དེ་ལ་བསམ་གཏན་གྱི་ཞག་ནི་ད་ལྟ་ཉིང་དེ་འཛིན་ལ་ཇི་ཙམ་  
གནས་པའི་ཡུན་རིང་བྱང་ཡིན་ནོ། །དུས་དེར་གནད་གསུམ་གྱིས་གྲོལ་བ་ནི་སྒྲུ་མ་  
ལས། དེའི་ཆོ་རང་གི་སྒྲིང་ག་ནས་འོད་ཤིན་ཏུ་ཕྱ་བ་ཞིག་འཆར་ཏེ། དེ་སྐྱུ་ཐམས་  
ཅད་གྱི་ཐུགས་ཀར་འབྲེལ་བར་འཆར་རོ། །དེ་ལ་རང་གི་ཤེས་པ་ཟེན་ན་མི་རྟོག་པའི་  
བསམ་གཏན་ལ་རང་བཞིན་དུ་གནས་སོ། །དེ་ནི་རིག་པ་འོད་ལ་འཇུག་པ་ཞེས་བྱའོ། །  
སྒྲུང་བ་དེ་ཀྱན་རབ་ཏུ་འཐིགས་པ་མངོན་པར་འགྱུར་ཏེ། སྒྲིང་གའི་ཟེར་ཐག་དེ་ལས་  
ཀྱང་ཐིག་ལེ་ཕྱ་མོ་གྲངས་མེད་པར་འཆར་རོ། །དེ་ནས་རང་གི་སྒྲིང་ག་ནས་འོད་ཐག་  
ཚོན་སྐྱུད་སྒྲིལ་བ་ཙམ་ཞིག་འཆར་རོ། །དེ་ནས་སྐྱུ་དེ་དག་ཐམས་ཅད་རང་གི་ལུས་  
ལ་ཐིམ་པ་སྒྲུམ་བྱེད་པའི་སྒྲུང་བ་འཆར་ཏེ། དེ་ནི་འོད་རིག་པ་ལ་ཚུར་འཇུག་པ་ཞེས་  
བྱའོ། །དེའི་ཆོ་སྐྱེས་བུ་རྣམས་ཀྱི་རང་སྒྲུང་ལ་ཡིད་ཆེས་པ་མ་པར་དུ་བྱ་བྱེད་པ་ལྟ་  
བུའི་ཐབས་མཚན་ཏུ་བྱུང་པར་བྱའོ། །ཞེས་སོ། །དེ་ལ་བརྟན་པ་མ་ཐོབ་ན། ཟུང་  
འཇུག་ཡེ་ཤེས་ལ་ཐིམ་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ་ཡེ་ཤེས་བཞི་སྟོར་གྱི་སྒྲུང་བ་དོན་རྗེ་སེམས་དཔའ་  
ཁོང་སེང་གི་ལམ་ནི་མ་བཀྲལ་ཡང་ལུང་གིས་གོ་བ། ཉི་ཟླ་ཁ་སྟོར་ལས། ཡང་རང་  
གི་སྒྲིང་ག་ནས་འོད་གྱི་ཐག་པ་ཤིན་ཏུ་ཕྱ་བ་ཞིག་འཆར་ཏེ། དེ་ནི་སྒྲིང་གི་ནམ་མཁའ་

ལ་གྱེན་དུ་བྱུག་པར་སྒྲུབ་བའོང་ངོ་། །དེ་ལ་རང་གི་མིག་མ་ཡེངས་པར་བལྟས་པས་  
 སྒྲུབ་བའོང་གཞན་དང་མ་འདྲེས་པར་གྱིན་ཏུ་རྒྱ་ཆེ་བར་འཆར་དེ། དེ་ཡང་མཐིང་ཁའི་  
 སྒྲུམ་ཁའི་སྒྲེང་དུ་ཐིག་ལེ་བཟེར་དང་ལྡན་པ་མེ་ལོང་ཁ་སྒྲུབ་པ་ཙམ། དཔེར་ན་མུ་མེན་  
 གྱི་ཕོར་པ་ཁ་སྒྲུབ་པ་ལྟ་བུ་ལ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གཏིང་མདངས་དང་ལྡན་པ་གྱིན་ཏུ་གསལ་  
 ལ་འཆར་བའོང་ཡང་རང་བཞིན་གྱི་ཐིག་ལེ་ལྟ་ལྟས་བརྒྱན་པའོ། །ཡང་དེའི་སྒྲེང་དུ་  
 དཀར་པོའི་སྒྲུམ་ཁའི་སྒྲེང་དུ་ཐིག་ལེ་གྱིན་ཏུ་གསལ་བ་དཔེར་ན་ཤེལ་གྱི་ཕོར་པ་ཁ་  
 སྒྲུབ་པ་ལྟ་བུ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་གཏིང་མདངས་དང་བཅས་པ་སྒྲུམ་ལྟར་འཆར་རོ། །ཡང་  
 དེའི་སྒྲེང་དུ་སེར་པོའི་སྒྲུམ་ཁའི་སྒྲེང་དུ་དཔེར་ན་གསེར་གྱི་ཕོར་པ་ཁ་སྒྲུབ་པ་ལྟ་བུ་གོང་  
 དང་འདྲ་བར་འཆར་རོ། །དེའི་སྒྲེང་དུ་འོད་ཟླུམ་པོ་གྱིན་ཏུ་གསལ་བ་མ་བུའི་གདུགས་  
 ལྟ་བུ་འཆར་རོ། །དེ་དག་ཀྱང་ཡེ་ཤེས་ལྡེའི་སྒྲུབ་བ་སྟེ་བྱ་བ་གྲུབ་པའི་ཡེ་ཤེས་རྩལ་མ་  
 རྩོགས་པས་མི་སྒྲུབ་ངོ་། །དེ་ནི་ཡེ་ཤེས་བཞི་སྟུར་གྱི་སྒྲུབ་བ་ཞེས་བྱ་སྟེ། རྩོ་རྩོ་སེམས་  
 དཔའ་ཁོང་སང་གི་ལམ་ཞེས་བྱའོ། །དེའི་ཆེ་མི་འགྱུར་བ་གསེར་གྱི་ཐུར་མ་ལྟ་བུའི་  
 ཐབས་མཆོག་ཏུ་བྱན་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུང་པ་ནི་སྒྲུབ་བ་རང་རང་གི་ཐད་ཀར་རིག་  
 པའི་རང་སྤོ་མ་ཡེངས་པར་བཞག་པས། དཔེར་ན་སྒྲན་པ་མཁས་པས་སྒྲིང་ཆུ་འདྲན་  
 པའི་ཆེ་སྒྲིང་ཐུར་བཅུགས་པ་རང་སྤོ་ལས་སྒྲུ་ཙམ་མ་གཡོས་པའི་གནད་ཀྱི་སྒྲིང་ཆུ་བྲངས་  
 ནས་གསོ་བ་བཞིན་རིག་པ་རང་སྤོ་ལས་མ་གཡོས་པས་གྲོལ་བ་ཡིན་ནོ། །དེའང་འདིར་  
 དབྱེངས་ཀྱི་ཡོ་ཏན་མཐར་མ་ཐུན་པས་རྩལ་མ་རྩོགས་ཞེས་ཡེ་ཤེས་བཞི་སྟུར་གྱི་དོན་  
 བྲང་དགོས་ལ། ཀྱན་མཐུན་གྱིས། འདིར་ད་དུང་ཀ་དག་ཏུ་གྲོལ་མ་བཟོན་པ་དང་  
 ཐུར་ནས་བཞི་སྟུར་དུ་བཞག་སྟེ། སྟོ་རྩིང་བ་དག་བྱ་བ་གྲུབ་པའི་སྒྲུབ་བ་མེད་པར་  
 འདོད་པ་ནི་ཉ་ཅང་མི་རིག་པའོ། །ཞེས་གསུངས་པས་དངོས་ཀྱི་འབྲས་བུ་རྩོགས་པ་  
 ནི་ཡེ་ཤེས་ལྡེའི་སྒྲུབ་བ་ཡིན་པས་རྒྱད་ཀྱི་དགོངས་པ་ནི་གྱིན་ཏུ་བྱེད་པ་ལ་བརྟེན་བར་ཤེས་



དགོས་སོ། །དེ་ནས་ཡེ་ཤེས་ལྟན་གྲུབ་ལ་ཐིམ་པ་ཞེས་བྱ་སྟེ། སྤར་གྱི་སྤང་བ་དེ་དག་  
དང་རིག་པ་སྟེང་གི་འོད་ཟླུམ་ལ་འདུས་པ་སྟུམ་བྱེད་པའི་རྩ་ལ་ལས། སྟེང་ན་ཀ་དག་  
གི་སྤང་བ་ནམ་མཁའ་གཡའ་དག་པ་ལྟ་བུ། དེའི་འོག་ན་ཡོངས་སྒྲིབ་བའི་དགྱིལ་  
ལའོར་རྒྱ་ཆེ་ལ་ལྟན་སྟུག་པ། དེའི་འོག་ན་ཡོངས་སྒྲིབ་ཞི་བའི་དགྱིར་ལའོར་འོད་གསལ་པ་  
བ། བྱོགས་མཚམས་ན་རང་བཞིན་སྒྲུལ་པའི་ཞིང་ཁམས་བཀོད་ལེགས་པ། འོག་ན་  
རིགས་དྲུག་ལུལ་པའི་སྤང་བ་འདུལ་བྱེད་སྟོན་པ་དྲུག་དང་བཅས་པ་རང་སྤང་གཟུགས་  
བརྟན་ལྟར་ཤར་བའི་གཞི་ལས་མ་གཡོས་པའི་གཞི་སྤང་ཞེས་བྱ་སྟེ་འཆར་ལུགས་བརྒྱད་  
དུ་སྤང་བའི་རྩ་ལ། བྱགས་རྩེ་ལྟར་ཤར་བས་སྤྲིང་རྩེའི་བྱགས་ལའོར་བ་ལ་འཇུག་  
པས་ལའོར་འདས་རྒྱ་མ་ཆད། འོད་ལྟར་ཤར་བས་སྤང་ཆ་ནང་ན་གསལ། སྒྲི་ལྟར་  
ཤར་བས་སྤང་བ་གང་དུ་འང་མི་འབྱེད། ཡེ་ཤེས་ལྟར་ཤར་བས་སྤང་བ་བཟང་ཐལ།  
གཉིས་མེད་ལྟར་ཤར་བས་ཤེས་པ་རྩེ་གཅིག་དུ་གནས། མཐའ་གྲོལ་ལྟར་ཤར་བས་  
ངོ་བོ་ཉིད་དུ་སངས། ས་དག་པ་ལྟར་ཤར་བས་སྤྲིད་པའི་འབྱུང་ཁུངས་མ་འགགས།  
དག་པ་ལྟར་ཤར་བས་ཡེ་ཤེས་མ་བྱུ་འབྲེལ་པའོ། །དེའི་ཆེ་སྤར་འདྲིས་གྱི་མི་དང་  
འབྲད་པ་ལྟར་རང་སྤང་ལ་ཐེ་ཚོམ་མི་བྱ་བར་ཡིད་ཆེས། མི་འགྱུར་བ་གསེར་གྱི་ཤུར་  
མའི་དཔེས་ཡིད་ཆེས་ཐོག་ལས་གཞན་དུ་མི་ཡོངས་པར་བཅན་ས་བཟུང་། དཔག་  
ཆེན་མདའ་རྒྱར་ལ་མི་ལྷོག་པའི་དཔེས་བཅན་ས་བཟུང་བའི་གཤིས་ལ་མི་གཡོ་བར་  
བཞག་པས་གྲོལ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་འཆར་ལུགས་བརྒྱད་དུ་བསྟན་པའང་ལའོར་  
འདས་སོ་སོའི་འཇུག་ལྷོག་རིག་པ་དང་མ་འདྲིས་ཤིང་འབྲེལ་བ་ལྟར་གནས་པའི་མ་  
ཆང་བསྟན་པའི་རྩ་ལ་རང་བཞིན་དུ་དབང་བོ་དྲུག་ལ་རྣམ་ཤེས་གཅིག་ཉིད་ཐ་དད་པར་  
འཇུག་པ་ལྟ་བུའི་དཔེས་གོ་བའི་དོན། རིན་པོ་ཆེ་སྤངས་པའི་རྒྱད་ནས་ངོ་བོ་དབྱིངས་  
ཆེ་ལ་འཐད་པས་གསལ་བར་བསྟན་པའི་ཆིངས་རྒྱབས་པོ་ཆེའི་དོན་ལ་སྤོངས་པར་གྱུར་

ནས། ལྷན་གྱི་པ་རིན་པོ་ཆེའི་སྤང་བ་ཡུལ་རང་ཆོན་པ་བརྒྱད་དུ་བཟུང་བའི་འབྲེལ་  
 ཚུལ་མང་པོ་བྱུང་བ་ནི་ནོར་བ་ཡིན་ལ། རྒྱ་མཚན་དེས་ཆོག་དོན་རིན་པོ་ཆེར། ཁོ་བོས་  
 གྲང་འདི་ཉིད་ལས། སྤྱིང་ཏིག་གི་གནད་དེས་པ་རྣམས་རྟེན་པ་ཡིན་ཞེས་རང་བཞིན་  
 ལེགས་པར་འདོམས་པའི་དོན་ལ་རྟོག་པ་དང་སོང་ཡང་སྤྱིད་ན་རྩོགས་པ་ཆེན་པོའི་  
 བསྟན་པ་ནི་ཁྱེད་ཅམ་གནས་སོ་སྣམ་ནས་དང་པ་སྟོན་པ་ལ་མཆོག་ཏུ་སྒྲུའོ། །འདིའི་  
 སྐབས་ན་གྲོང་གསལ་ལས། དེ་ཆེ་རིགས་ཀྱི་བྱ་དེ་ལ། མངོན་པར་ཤེས་དགུ་འཆར་  
 ཏེ། །ཞེས་གསུངས་པ་ནི་རྣམ་པར་དབྱེད་ན་ལྷན་གྱི་པ་རིན་པོ་ཆེན་པོའི་རྩལ་ལམ་  
 རོལ་བ་ཆེན་པོ་ཉིད་ལས་ངོ་བོ་གཞན་དུ་མེད་པས་དོན་མཐོང་བར་ཤེས་ནས། འདིར་  
 སྤྱིར་བཏང་གི་མངོན་ཤེས་ལྟ་དང་རྗེས་དྲན་གྱི་རིམ་པ་འབྲེལ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་གསེར་  
 གྱི་ཕྱང་བའི་དགོངས་པ་ལྟར་སྒྲུ་ཚུལ་གྱི་དབང་ལས་རྗེས་དྲན་སྟོན་ལས་འབྱུང་བ་ནི།  
 ཉི་ཟླ་ལས། ལྟ་རྗེས་སུ་དྲན་པས་དེ་ཉིད་ཡི་དམ་ལྟའི་ཞལ་མཐོང་བ་དང་། ལམ་  
 རྣམས་རྗེས་སུ་དྲན་པས་བར་མ་དོའི་ཆོས་ཉིད་ལ་དབང་བསྐྱར་བ་དང་། སྒྲུ་གནས་  
 རྗེས་སུ་དྲན་པས་དབང་པོ་ཐ་མ་རྣམས་རང་རང་བཞིན་སྒྲུལ་པ་སྒྲུའི་ཞིང་ཁམས་སུ་  
 དབུགས་འབྱེན་པ་དང་། བསམ་གཏན་རྣམས་རྗེས་སུ་དྲན་པས་ཞག་ལྟར་བསམ་  
 གཏན་ལ་གནས་པ་དང་། བླ་མའི་མན་ངག་རྗེས་སུ་དྲན་པས་རང་གི་སྤང་བ་རྣམས་  
 དང་གཉིས་སུ་མེད་པར་སྦྱོད་པ་དང་། ལྟ་བ་རྗེས་སུ་དྲན་པས་སྤྱིར་འདྲིས་པའི་མི་ཕྱིས་  
 ཡུད་པ་ཅམ་གྱིས་ངོ་ཤེས་པ་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་གསུངས་པས། བསྐྱེད་རིམ་ལ་གོམས་  
 པ་རྣམས་ཡི་དམ་རྗེས་སུ་དྲན་པས་ཞལ་མཐོང་བ་དང་། བླ་མ་མཆོག་ལ་གདུང་བ་  
 དང་ལྷན་པ་རྣམས་མོས་གུས་དྲན་པའི་མོད་མདུན་དུ་བྱོན་ནས་མན་ངག་སྟོན་པ་དང་།  
 གདམས་པ་རྣམས་དྲན་པ་ལས་དེ་དང་དེའི་བྱེད་ལས་ཀྱིས་བར་མ་དོའི་གྲོང་ཁྱེར་ལས་  
 དབུགས་འབྱེན་པའི་ད་ལྟ་ཉིད་ནས་གོམས་པ་གཅིས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་གྲོང་གསལ་



ལས། མངོན་པར་ཤེས་པ་དུག་ཕྱག་དུག་ ཅེས་པས་དབང་པོ་དང་། སེམས་ལས་སུ་  
 རུང་བ་དང་། ཤེས་རབ་ལ་དབང་ཐོབ་པ་དང་། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མཐོང་བ་དག་དང་། ཆོས་  
 ཉིད་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་མཐོང་བ་དང་། སངས་རྒྱལ་གྱི་གཟིགས་པ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་  
 པར་མཐོང་བ་སྟེ། རེ་རེ་ལའང་རྣམ་པར་དག་པ་དང་། ཤིན་ཏུ་རྣམ་པར་དག་པ་དང་།  
 རབ་ཏུ་རྣམ་པར་དག་པ་དང་། མཆོག་ཏུ་དག་པ་ལ་སོགས་ཀྱིས་དབྱེ་བས་སུམ་ཅུ་ཅ་  
 དུག་ཏུ་ཡོད་པ་ཐེག་པའི་མཆོག་ལས་ཤེས་པར་བྱ་ཞིང་། འདིར་ནི་ཟླ་ཁ་སྟུར་ལས།  
 རིགས་ཀྱི་ཐུ་དེ་ལ་མངོན་པར་ཤེས་པ་དུག་འཆར་ཏེ། སྟོན་གྱི་སྟེ་གནས་ཤེས་པ་དང་།  
 འཆི་འཕོ་དང་སྟེ་བ་ཤེས་པ་དང་། ལ་རོལ་གྱི་སེམས་ཤེས་པ་དང་། རྣང་བ་སྒྲིག་ཏུ་  
 ཐུར་བ་ཐམས་ཅད་ཤེས་པ་དང་། རིགས་དུག་གི་གནས་མཐོང་ཞིང་ཤེས་པ་དང་།  
 དབང་པོ་རྣམས་རྣམ་པར་དག་པའི་མངོན་པར་ཤེས་པ་དང་དུག་འཆར་རོ། །ཞེས་  
 དོན་བསྟུའོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྟོན་ཐོས་པའི་ཆོས་སུ་ཐུར་ཏོ་ཅོག་དུས་གཅིག་ཏུ་རང་  
 རྒྱུད་ལ་འཆར་ཞིང་མ་ཐོས་པའི་ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་ཀྱང་ཆད་མེད་པར་འཆར་བས་ན་  
 མི་བརྗེད་པའི་གཟུངས་ཐོབ་པ་སྟེ། དེ་ནི་དེ་ལས། དེའི་ཆེ་མི་བརྗེད་པའི་གཟུངས་  
 རྣམས་ཀྱང་རང་གི་རྒྱུད་ལ་སྟེ་སྟེ། སྟོན་གྱིས་ཆོས་རྣམས་ཐམས་ཅད་རྒྱུད་ལ་དུས་  
 གཅིག་ལ་འཆར་རོ། །དེ་བཞིན་དུ་སྟུར་མ་ཐོས་པའི་ཆོས་རྣམས་ཀྱང་འཆར་བས་ན་  
 ཆོས་ཉིད་ཀྱི་བར་དོ་ཞེས་བྱའོ། །ཞེས་དང་ཆོས་ཉིད་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པའི་ངང་དུ་  
 སྒྲུའི་འཇུག་པ་ཞི་བས་ཏིང་ངེ་འཛིན་ལ་གནས་པའི་ཚུལ་ཡང་། ཁ་སྟུར་ལས། རྒྱུན་  
 གྱི་ཏིང་ངེ་འཛིན་རྒྱུད་ལ་རང་བཞིན་དུ་ཤར་བས། རྣམ་པར་རྟོག་པ་ངན་པ་ནི་གཏན་  
 བས་མི་སྟེ་ཞེས་སོ། །སྐབས་འདི་དག་ཏུ་དབང་པོའི་རིམ་པས་བར་དོའི་གྲོལ་ཆད་ནི་  
 མ་ངེས་པ་ཡོད་དོ། །སང་གི་རྩ་ལ་ཐོགས་ལས་ཞག་ལ། སྟུག་དུང་འབར་བ་ལས་  
 སྐད་ཅིག་མ་ལྟ་དང་། ཉི་ཟླ་ཁ་སྟུར་ལས། དེ་ལྟར་ན་དབང་པོ་ནི་གསུམ་སྟེ། རབ་

གྱིམ་སྐད་ཅིག་གསུམ་ལ་གྲོལ་བར་འགྱུར་རོ། །འབྲིང་ཞག་ལྔ་ལ་བརྟན་པ་ཐོབ་པ་  
 ཡོད་དོ། །ཐ་མ་ནི་སྐད་ཅིག་མ་ནི་སྤྱི་ཙམ་གཅིག་ན་བརྟན་པ་ཐོབ་པར་ངེས་པ་ཡིན་ནོ། །  
 ཞེས་དང་། རང་ཤར་ལས། དབང་པོའི་བྱེ་བྲག་གིས་ཞག་ནི་སྤྱི་ཙམ་གཅིག་ཏུ་རང་  
 བཤད་ཅིང་། འདིར་སྐད་ཅིག་མ་དང་བསམ་གཏན་གྱི་ཞག་ཤན་མ་བྱེད་པར་གཅིག་  
 ཏུ་སྒྲུབ་དག་ལ་ངག་གི་དབང་པོའི་ཡུང་རིག་གི་སྒྲེར་མོས་བསྐྱད་པར་འགྱུར་དོ། །དེ་  
 བསམ་ན་སྒྲུབ་པ་ལ་ཤེས་པ་ཤར་ནས་དེར་འདུག་གོ་སྒྲུམ་དུ་ཡུལ་རྟོག་པའི་ཡུན་ལ་རྣམ་  
 གྲོལ་གྱི་སྐད་ཅིག་ཏུ་བྱེད་ལ། བྱ་བ་རྫོགས་པའི་སྐད་ཅིག་ནི་དེ་བས་ཡུན་རིང་བ་སྟེ།  
 དཔེར་ན་དབང་པོ་ཡུལ་ལ་སད་པ་དང་། རང་བཞིན་ཤེས་པ་དང་། རྩལ་རྫོགས་པ་  
 ལ་ལྟོས་པའི་བྱེད་པར་རོ། །ཁྲི་ལྟར་ཡང་། སྒར་ཤར་བའི་ལུན་གྲུབ་གྱི་སྒྲུབ་བནང་  
 ཏུ་སྒྲུད་པའི་ཆེ་ཐིམ་ལུགས་བརྒྱད་དུས་གཅིག་ལ་འབྱུང་བའི་ཚུལ་རང་ཤར་ལས། དེ་  
 ཡང་ཐུགས་རྗེ་ཐུགས་རྗེ་ལ་ཐིམ་པ་དཔེར་ན་ནི་མ་རྒྱབ་པའི་ཟེར་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་རིགས་  
 དུག་གི་སྒྲུབ་ཆ་རང་ངོ་ལ་མི་སྒྲུབ་བས་འབྱུལ་པའི་མིང་མེད། ཡེ་ཤེས་ཡེ་ཤེས་ལ་ཐིམ་  
 པ་ནི། དཔེར་ན་མ་བང་དུ་བྱ་འདུག་པ་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་པས་ཆོས་ནི་དམ་བུ་འདྲེས་  
 པས་ཡེ་ཤེས་ལོགས་ན་མེད། འོད་འོད་ལ་ཐིམ་པ་ནི་དཔེར་ན་འཇའ་ཆོན་ནམ་མཁའ་  
 ལ་ཡལ་བ་ལྟ་བུའོ། །སྒྲུ་སྒྲུ་ལ་ཐིམ་པ་ནི་དཔེར་ན་བུམ་པའི་སྒྲུ་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་མཆོན་  
 མ་རིས་ཅན་གྱི་ཞལ་ཕྱག་ཏུ་མ་གྲུབ་པར་ཡེ་ཤེས་ནང་དུ་གསལ་བའི་དོན་ནོ། །གཉིས་  
 མེད་གཉིས་མེད་ལ་ཐིམ་པ་ནི་དཔེར་ན་རྩ་བོ་རྩ་བོ་ལ་ཐིམ་པ་ལྟ་བུའོ། །མཐའ་གྲོལ་  
 མཐའ་གྲོལ་ལ་ཐིམ་པ་ནི་དཔེར་ན་ནམ་མཁའ་ལ་ནམ་མཁའ་ལ་ཐིམ་པ་ལྟ་བུའོ། །  
 ཞེས་པ་ནི་ཐིམ་བྱ་དང་ཐིམ་བྱེད་འདྲེས་ཏེ་སྟོང་པ་ལ་གཏད་པའི་ཡུལ་མེད་པས་བསམ་  
 འདས་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་ལ་གནས་པའི་ཚུལ་ལོ། །དག་པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲོ་ངོ་བོ་ག་  
 དག་ལ་ཐིམ་པ་དཔེར་ན་སང་གེས་གངས་ཟེན་པ་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་པ་ནི་རིག་པ་རང་



ཡུལ་ལ་སྒྲིབ་པས་ཡང་བ་དང་བག་ཚ་བ་མེད་པའི་ཚད་དོ། །མ་དག་པ་ལ་ཁོར་བའི་  
 སྒོ་དག་པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒོ་ལ་ཐིམ་པ་ནི་དབེར་ན་སྤྱི་ཚེན་ཐག་བཏུལ་བ་ལྟ་བུར། །ཞེས་  
 པ་ནི། ཐིག་ལེ་ཉག་གཅིག་ལ་འདུས་པའི་དབེ་དོན་ཏེ། དེ་དག་ཏུ་གྲོལ་བར་བྱེད་པའི་  
 གནད་རིག་པ་སྒྲིང་ཉིད་ཟང་ཐལ་བསམ་བཞེད་ལས་འདས་པ་དེ་ཀ་དག་གི་རང་ངོར་  
 འདུག་པས་མཐར་ཐུག་གི་གྲོལ་ས་ཅེར་མཐོང་ཡིན་པར་རང་ཐོག་ཏུ་ཤེས་དགོས། ཡིན་  
 ཐོག་ཏུ་ཐག་ཚད་དགོས། གྲོལ་ཐོག་ཏུ་གདེང་བཅའ་དགོས། རང་བཞིན་གྱི་སྤྱང་བ་  
 ལ་ལར་བལྟས་ན་མཐའ་ཡས་ཀྱང་། ཚུར་བལྟས་ན་གཅིག་ཀྱང་མེད་པས། མེད་དོ་  
 སྒྲུམ་པའི་འཛིན་པ་ཡང་རང་གྲོལ་བའི་སྐད་ཅིག་མ་རྗེན་པའི་རང་ངོ་རྟོག་དཔྱེད་མེད་  
 པ་ནི་གདོད་མའི་གྲོལ་ས་བར་གྱིས་བཏབ་པའི་གནད། ཐུགས་རྗེ་ཡུལ་ལ་རི་ལྟར་  
 འདུག་ཀྱང་དེ་ཉིད་ཀྱི་རྗེས་མི་བཅད། ནང་དུ་མི་དགག་པར་ཤར་ས་དེ་ཀར་ཅོག་གིས་  
 བཞག་པས། བྱི་ནང་བར་མེད་ཀྱི་ཤེས་པ་ཟང་ཐལ་ལེ་བས་བར་དོའི་སྤྱང་བ་རིག་  
 མདངས་སུ་རང་དག་ནས་གྲོལ་ས་ཅེར་མཐོང་དུ་ངོ་ཤེས་པའི་གནད་སྒྲིང་གི་ཁྱེན་ཐིགས་  
 ཏེ། གནད་གསུམ་གྱི་མན་ངག་འདི་ཀྱན་མཁྱེན་སྤྱ་མས་ཁོ་བོའི་བགོ་སྐལ་དུ་བཞག་  
 ནས་མཆིམས་ཐུ་ནགས་ཀྱི་དུར་ཁྱོད་དུ་བྱིན་པ་ཡིན་ཏེ། འདི་སྐད་དུ། ཁ་འདུམས་  
 ལ་ཚོད་ཆེ་བ། མདོ་འདུས་ལ་ཆིངས་ཆེ་བ། གནད་ཟབ་ལ་གལ་ཆེ་བ། མན་ངག་  
 གིས་རྟེན་པ་སྟེ། སྒྲིང་གི་བྱ་མཆོག་དག་ལས་གཞན་ལ་གསང་བའི་རྒྱས་གདབ་པའི་  
 མན་ངག་གོ། ཞེས་བཀའ་གཅིགས་ཀྱི་ཕུག་རྒྱས་བཏབ་ཅིང་ཀྱན་གྱིས་རྟོགས་པར་  
 དཀའ་བའང་། འདི་ནི་རྒྱད་ཀྱི་དོ་རྗེའི་གནས་ལས་རང་གིས་རྟེན་པ་སྟེ། འདི་དང་  
 གཞན་མང་པོ་དག་རང་གིས་རྟོགས་ཀྱང་གཞན་ལ་བཤད་པས་ནི་མི་གོ་བསྟན་པས་  
 ནི་མི་རྟོགས། སྤྱར་རང་ལ་ཐིམ་ཞིང་རྒྱབ་པ་རྒྱ་མཚོ་ལས་རྒྱ་བོ་བབས་པ་སྤྱར་དེ་ཉིད་  
 དུ་ཐིམ་པ་བཞིན་ནོ། ཞེས་གསུངས་པ་སྟེ། མདོར་བསྟན། དེ་ལྟར་ལྟན་གྱུ་བྱི་སྤྱང་

བའི་ཆ་ཐིམ་ལུགས་བརྒྱད་དུ་བསྟན་པ་སོགས་བར་མ་དོའི་གནས་སྐབས་གང་དུའང་  
 རོ་བོ་རང་ས་ཟིན་པ་དེའི་ཆེ། རིག་པ་དང་པོའི་ལུས་གཞི་ལས་ནི་འཕགས། རང་  
 རོའི་ཆོས་ཉིད་ནི་གསལ། སོ་སོ་རང་རིག་པའི་བྱེ་བྲག་ནི་བྱེད། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྟོན་ཡུལ་  
 དུ་གྲོལ། འབྲས་བུ་གཞན་བྱུང་གི་རྒྱུ་ལ་རག་ནི་མ་ལུས། ཐད་ཀའི་ཆོས་ཉིད་བསམ་  
 གྱི་མི་བྱུང་པའི་གསེས་སུ་གཏན་ལ་ཐེབས་པ་གང་ཡིན་པ་དེ་ནི་གདོད་མའི་གྲོལ་ས་  
 ཆེན་པོ་ཞེས་བྱ་སྟེ། རང་ཤར་ལས། གྲོལ་ས་ཐོག་མ་གང་ཡིན་པའོ། །ཞེས་གསུངས་  
 ལ་རང་བཞིན་བརྗོད་ན། བྱིར་གསལ་གྱི་མཁྱེན་ཆ་ཤེལ་འོད་ནང་དུ་རྒྱབ་པ་ལྟར་  
 ཐིམ་ལ་མ་རྟུགས་པ་ཆོས་སྒྱུའི་རོ་བོ། རང་བཞིན་གསལ་ལ་མི་རྟོག་པ་གཟུགས་སྒྱུ་  
 གཉིས་ཀྱི་འཆར་གཞི། ཐུགས་རྗེའི་འཇུག་པ་དེ་བཞིན་གསེགས་པ་ཐམས་ཅད་ཀྱི་  
 སྒྱུ་གསུང་ཐུགས་མི་བད་པ་རྒྱན་གྱི་ལའོར་ལོའི་ཆོས་ཉིད་གདུལ་བྱའི་ཁམས་ལ་ཚུ་སྟོན་  
 རི་ཅམ་ཡོད་པ་ལ་ཟླ་གཟུགས་དེ་རྟེན་དུ་འཆར་བར་རུས་པ་ནི་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་གཞིན་  
 རུ་བུམ་པའི་སྒྱུའི་བཞུགས་ཚུལ་ཏེ་གྲོང་གསལ་ལས། རོ་བོ་སྟོང་གསལ་ཡེ་ཤེས་སྒྲུ།  
 རང་བཞིན་ཐུགས་རྗེ་བྱོགས་རིས་མེད། །དབྱེར་མེད་ཆེན་པོར་ཡེ་སངས་རྒྱས། །ཞེས་  
 སོ། །དེ་ལྟ་བུའི་ཀ་དག་གཞིའི་རང་ས་ནས་སྒྱུལ་པ་མི་འགྱེད་ཀྱང་། གཞི་སྒྲུང་ལྟར་  
 གྲུབ་ཀྱི་ཅུལ་ལས་གཟུགས་སྒྱུར་འཆར་བའི་གནད་གྲུབ་མཐའ་འདི་འཛིན་པ་རྣམས་  
 ཀྱིས་ཤེས་དགོས་ཏེ་རྒྱལ་བའི་དབང་པོས། དེ་ཡང་ཀ་དག་གི་རང་ས་དེ་ནས་སྒྱུལ་པ་  
 མི་འགྱེད་དེ། སྒྱུ་དང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲུང་བ་རགས་པ་ལས་འདས་པའི་ས་ཡིན་པའི་བྱིར་  
 རོ། །སྒྱུལ་པ་ཡང་ཡས་མར་འགྱེད་པ་སེམས་ཅན་དངོས་ཀྱི་དོན་བྱེད་པ་ནི་ཀ་དག་  
 ལས་ལྟར་གྲུབ་ཀྱི་གཞི་སྒྲུང་ཤར་བ་ནས་འགྱེད་དོ། །ལམ་ནས་འགྱེད་པ་ལ་འཕོ་བ་  
 ཆེན་པོའི་ལུས་བཟུང་བ་དང་། རང་བཞིན་སྒྱུལ་པར་བགྱོད་པ་གཉིས་ཀྱིས་སེམས་  
 ཅན་རང་ལ་རྒྱད་གཞན་རྣམས་ཀྱི་དོན་ལ། བར་དོ་སྒྱུལ་པ་འགྱེད་ཆད་ལྟར་གྲུབ་ཀྱི་



སྒོ་ལས་རང་སྤང་ལའོར་བར་སྤང་བ་དེའི་དོན་བྱེད་པར་སྤང་སྟེ། མི་ལམ་དུ་སེམས་  
ཅན་དོན་བྱས་ཀྱང་རང་སྤང་ཅམ་ལས་གཞན་ངོར་ཡན་པ་མ་བྱུང་བ་དང་འདྲ་བར་གཤམ་  
པར་བྱའོ། །གནས་འདི་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་བྱེད་པར་གྱི་གྲུབ་མཐའ་གཅིག་ཡིན་པས་  
ཅུང་ཟད་རྫོགས་དཀའ་བར་བྱེད་དོ། །ཞེས་སོ། །

བཞི་པ་སྤྲིད་པ་བར་དོ་ནི། བྱི་ལུས་ཀྱི་སྤྲིད་པ་ཡིད་ལུས་དབང་པོ་ཀྱན་ཆང་ཐོགས་  
མེད་དུ་རྒྱ། ཉང་སེམས་ཀྱི་སྤྲིད་པ་སྒྱམ་བྱེད་ཀྱི་རྣམ་པར་རྫོགས་པ་དུ་མ་ལ་ཡིད་འཇུག་  
ལུས་སེམས་གཉིས་འདུས་ཀྱི་སྤྲིད་པ་རྫོ་རྫེའི་གནད་དང་། མའི་མངལ་ཏེ་རྟེན་གཉིས་  
པོ་མ་གཏོགས་གང་དུ་འང་ཐོགས་མེད་དུ་འཇུག་ཅིང་བག་གྲང་། འདིར་རྒྱ་གར་རྫོ་རྫེའི་  
གནད་ནི་སྦྱར་བསྐྱལ་པ་བཟང་པོའི་སངས་རྒྱས་རྣམས་ཀྱི་ཐུན་མོང་དུ་འཆང་རྒྱ་བའི་  
མཛད་པ་སྟོན་པའི་གནས་ཆེས་མཆོག་ཏུ་གདོན་མི་བཟོད་ཀྱི། དག་དང་མ་དག་གི་  
འགྲོ་བ་ཡལ་མོ་ཆེའི་སྦྱོད་ཡུལ་དུ་མངོན་སུམ་ན། གང་དུ་བསམ་པ་དེར་སྒྲད་ཅིག་ལ་  
བརྟེན་པའི་བར་དོ་རྩུ་འབྱུལ་གྱི་ལུས་ཅན་ལ་དེར་ཐོགས་པའི་དགག་བྱ་ཅི་ཞིག་ཡོད།  
ལས་འབྲོང་ན་པས་མ་ཡིན་ཟེར་ན་དེང་གི་ཆོ་སྒྲེགས་དང་ཀློ་ཀློའི་ཆོགས་ཀྱང་བག་  
མི་ཆ་བར་རྒྱ་བའི་ཕྱིར་དབང་པོ་ཡིད་ཀྱི་གཟུགས་ཅན་དེར་ཐོགས་པའི་རྒྱ་རྒྱེན་གང་  
ཡང་མེད། དེའི་ཕྱིར་དག་བྱ་དང་ལྡན་པའི་མཐུས་རྣམ་པར་གྲོལ་བའི་ས་ལ་ཐོགས།  
ལས་ཀྱི་མཐུས་མའི་སྟེ་གནས་ལ་ཐོགས་པས་རྟེན་གཉིས་པོའི་ངོས་འཛིན་འདི་ལྟར་  
འདོད་དེ་རྒྱལ་བའི་དབང་པོ་པདྨ་ལས་གྲོལ་གྱིས། དེ་ལ་སྟོབ་དཔོན་ཡལ་པ་དག་རྫོ་  
རྫེའི་གནད་རྒྱ་གར་གྱི་དེ་ལ་ངོས་འཛིན་ཡང་། འདིར་ཀ་དག་མི་འགྱུར་བའི་ནང་  
དབྱིངས་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་འཆང་རྒྱ་བའི་གནས་མཆོག་དག་པ་ལྟ་ངན་ལས་འདས་  
པའི་སྒྲོར་ཞུགས་པ་དེ་ལ་འདོད་ལ། མའི་མངལ་ནི་མ་དག་པ་ལའོར་བའི་སྒྲོ་འགྲོ་  
དུག་གི་སྟེ་གནས་གང་རུང་ལ་འདོད་པ་ཡིན་པས། སྒྲོ་རི་བཞིན་པ་མ་ཡིན་པར་གཤམ་

བྱེད་ཀྱི་ཁྱེས་སོ། །གཞན་ཡང་འདིས་ཤེས་ཏེ་བར་དོའི་སྤྱིད་པ་ཅན་དེ་ཉིད་རི་བྱག་  
 ལ་སོགས་པ་འབྱུང་བ་གང་ལའང་ཐོགས་མེད་དུ་འཇུག་པའི་ནུས་པ་ཡོད་པས་བྱག་  
 གི་ཁོང་། གོར་མའི་ནང་། སྒོ་ང་དང་ཤིང་གི་སྤྱབས་ལ་སོགས་པར་ཡང་སེམས་ཅན་  
 འོང་བ་ནི་མཐོང་བའི་ཆོས་ཅན། དེ་ཡང་ཤ་གཟུགས་དང་དབང་པོ་རང་མཆོན་དུ་ཡོད་  
 ན་ཡོད་ལུས་དང་འགལ་བར་འགྱུར་ཏེ་རང་ངོ་ལ་ཡོད་ཡོད་འདྲ་བ་མི་ལམ་གྱི་སྤྱང་བ་  
 ལྟ་བུར་འཆར་བའི་ཆ་ལ་བཏགས་པར་བྱས་ཏེ་འདི་སྒྲུང་དུ། སྤོན་བྱུང་སྤྱིད་པའི་ཤ་  
 གཟུགས་ཅན། །དབང་པོ་ཀུན་ཆང་ཐོགས་མེད་ལྟ། རིགས་མཐུན་ལྟ་མིག་དག་  
 བས་མཐོང་། །མི་སྒྲོག་དེ་ནི་དྲི་བའོ། །ཁྱེས་རང་དང་རིགས་མཐུན་པའམ། ལྟ་མིག་  
 ཐོབ་པ་མ་གཏོགས་གཞན་གྱིས་ཕར་མི་མཐོང་ཁོང་། དེས་ཚུལ་སེམས་ཅན་གྱི་གནས་  
 རིགས་ཐམས་ཅད་མཐོང་ལ། མིང་གཞི་འདུས་པའི་ཕུང་པོ་ལས་རྒྱུད་གིས་བསྐྱེད་  
 བས། གང་དུའང་རང་ས་མི་བེད་ཅིང་བྱ་སྒྲོ་རྒྱུད་གིས་ཁྱེར་བ་ལྟ་བུ་དང་། ཤེས་པ་  
 བྱད་ཕྱོད་བན་བུན་སྤར་བས་དྲན་པ་བདུན་འགྱུར་གྱིས་གསལ་བའི་ངང་ནས་ད་ནི་ཤི་  
 བའོ་སྟམ་ནས་སྒྲོས་མི་འབྱུང་བ་ཙམ་གྱི་སྤྱག་བསྐྱེད་ཀྱིས་པོ་འབྱུང་ངོ་། །དེ་ཡང་བར་  
 དོར་ངེ་ཙམ་གནས་དགོས་པའི་ཡར་བྱེད་སྤར་མའི་ལུས་ཀྱི་རྣམ་པ་ཅན་དང་། མར་  
 བྱེད་བྱི་མ་གང་དུ་སྒྲེ་བ་དེའི་ལུས་དང་རྣམ་འགྱུར་ཅན་དུ་སྤྱང་ནའང་ཁམས་གོང་མ་ལ་  
 གཟུགས་མེད་པས་རྣམ་པ་འཆར་རྒྱུ་མེད་ཆེ་ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྤྱོད་བྱེད་ཀྱི་སྤྱང་བ་འཆར་  
 བར་ཤེས་དགོས་ལ། ཡང་གསང་སྤྱགས་ཀྱི་སྒྲོར་ཞུགས་ནས་དོ་རྩེའི་སྒྲུ་མ་ལ་དམ་  
 ཆོག་ཆེན་པོ་ཉམས་པས་དོ་རྩེའི་དམུལ་བ་དང་། མཆོམས་མེད་ལ་སོགས་པའི་སྤྱོད་  
 དུ་ཆོས་སྤངས་པའི་ལས་ཀྱིས་མནར་མེད་དུ་སྒྲེ་བ་ནི་མར་གྱི་བྱང་ཐལ། རྟོགས་པས་  
 གྲོལ་བ་ནི་ཡར་གྱི་བྱང་ཐལ། འཕོ་བ་འབྱོངས་པས་སྤྱོད་གནས་གང་དུའང་བྱང་ཐལ་  
 བས་བར་དོ་མེད་ལ། འགྲོ་བ་གཞན་ཆོས་འདིའི་སྒྲོ་མ་མཐོང་བའམ། མཐོང་ཡང་



ཡིད་མ་ཆེས་པ་དང་མ་དག་པ་དང་། ཉམས་སུ་མ་ལོང་པ་རྣམས་ལ་ཆོས་ཉིད་བར་དོ་  
 ཡུན་ཐུང་བས་གོ་ལ་བ་ལོང་ཡོད་དུ་མ་ཤར། བྲེད་སྤངས་དང་བཅས་སྤྱིད་པའི་བར་  
 ཏོར་ཡང་ནས་ཡང་དུ་ཁ་ལུལ་བའི་ཚུལ། ཞག་བདུན་བདུན་ལ་སྒྲེ་འཆིའི་སྤང་བ་  
 རེ་ཤར་ནས་ཤིན་ཏུ་སྤྲུག་བསྐྱེད་པས་དགོ་བའི་སྒྲོབས་འདེགས་པ་ལ་འང་བདུན་ཆོགས་  
 ཕན་ཡོན་ཆེ་བའི་རྒྱ་མཚན་ནོ། །སྤྱིར་བར་སྤྱིད་ཀྱི་ཆེ་རིང་མཐའ་ཞག་བཞི་བརྒྱ་རྩ་  
 དགུ། ཐུང་མཐའ་བདུན་དུ་བཤད་པ་ནི་སྤྱི་ཚན་གྱི་དབང་དུ་བྱས་ལ། གཞན་དགོ་  
 བའི་སྒྲོབས་ཀྱི་སྒྲོ་བུར་དུ་འཕོ་བ་དང་། ལས་འགའ་ཞིག་གིས་དེ་ལས་རིང་བར་སྤྱིད་  
 བའང་བཤད་པ་ཡིན་ཏེ། དཔེར་ན་ཆེ་ལོ་བརྒྱ་པ་ལ་སོགས་དུས་ཀྱི་ཆེ་ཆད་ངེས་པ་  
 ལྟར་བཤད་ཀྱང་འདོད་པའི་ཁམས་ན་དུས་མ་ཡིན་པའི་འཆི་བས་འཆོ་བའང་ཡོད་ལ།  
 བརྒྱད་ལེན་གྱུ་བ་པས་རིང་པོར་འཆོ་བའང་ཡོད་པ་བཞིན་ནོ། །རི་ལྟར་ཡང་དུས་ཆེ་  
 དེའི་ཡུར་བ་རྒྱང་ཆག་པ་ལ་མ་འཇུག་པ་ལྟ་བུའི་དཔེས་གང་དུ་བསམ་པའི་ཡུལ་ལ་སྤྱད་  
 ཅིག་གིས་སྒྲོབས་པའི་རྒྱ་འཕྱུལ་ཡོད་པའི་དུས་དེར་ཆོས་འདིའི་སྒྲོ་མཐོང་བ་རྣམས་  
 ཀྱིས་བར་མ་དོའི་ཤེས་པ་ངོས་ཟེན་པའི་མོད་ལ་ཕྱོགས་བརྒྱ་སྤྱུལ་པའི་ཞིང་ཡིད་ལ་དྲན་  
 བར་བྱས་ཏེ། དེར་འགྲོ་བའི་འདུན་པ་དྲག་པོ་གཏད་པས་སྤྱིད་པ་བར་དོ་ལ་རང་གར་  
 འཛིན་པའི་བག་ཆགས་དག་ཆོས་ཉིད་བདེན་པའི་བྱིན་རླབས་རྒྱད་པ་ལ་ཞུགས་པས་  
 སྤྱིད་པ་བྱི་མར་བརྒྱད་པའི་རུས་པ་ཟད་དེ། དག་པའི་ཞིང་དེ་ཉིད་དུ་སྒྲེས་ནས་འཆང་  
 རྒྱུའོ། །ཡང་ཆོས་སྒྲོ་འདིའི་བདེན་པ་མ་མཐོང་ཡང་རྣལ་འབྱོར་ཆེན་པོའི་སྒྲུ་ལུས་ལ་  
 གོ་མས་པ་ཡོད་སྤྱིད་ན་ཆོས་ཀྱི་སྤྱན་ལྡན་ཤར་ཤིང་ཕུ་རི་པས། གཉིད་དམ་འཆི་བའི་འོད་  
 གསལ་ལུགས་ལྡོག་ཏུ། །སྤྱིར་ཡང་མཆེད་པ་ཀུན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་ལས། ཡིད་ཉིད་  
 གཅིག་ཤར་ལངས་པས་རྗེ་ལམ་སེམས། །དབང་པོ་ཀུན་ཚང་ཡིད་ཀྱི་ལུས་གྲུབ་པ། །  
 དེ་མཚུངས་སྤྱད་ཅིག་མངོན་བྱང་ལྟ་ལས་ནི། །དང་པོའི་མགོན་པོའི་པོ་ལེགས་པར་

བསྐྱེད་པའི་ཚུལ། །བར་དོ་སྒྲུ་ལུས་ལོངས་སྒྲུར་ལྡང་བར་ཤོག་ ཅེས་པའི་ཚུལ་དུན་པར་  
 བྱ་ཞིང་། དེར་རང་དབང་མི་འདུ་བ་གང་ཞིག་སྒྲེ་གནས་ངན་པའི་རྣམ་པ་བརྟགས་ཏེ་  
 འབྲེལ་བ་གཙང་པའི་ཚུལ། །ཉི་ཟླ་ཁ་སྒྲུར་ལས། ལྷ་དང་མི་ནི་ཁ་དོག་དཀར། །ཡི་  
 དྲགས་འོད་ནི་དུ་བ་འདྲ། །དམུལ་བ་སྤྲོད་དུམ་ལྷ་བུའམ། །ཡང་ན་བལ་ནག་གཡེངས་  
 པ་འདྲ། །བྱོལ་སོང་ཡང་ན་ཁྲག་བཙོ་བཞིན། །ལྷ་མིན་ཁ་ཆར་འབབ་པ་བཞིན། །  
 ཞེས་དང་མགོའི་ལྷ་བྱོགས་ནི་དེ་ཉིད་ལས། དེ་ཆོ་ཁ་ནི་འདི་ལྷ་སྟེ། །ལྷ་དང་མི་ནི་  
 གྱེན་ལ་ལྷ། །ལྷ་མིན་བྱོལ་སོང་དེ་བཞིན་ཕྱེད། །ཡི་དྲགས་དམུལ་བ་བྱར་དུ་ལྷ། །འདི་  
 དག་ད་གཟོད་སྒྲེ་བའི་དབང་། །ཞེས་འགྲོ་བ་དྲུག་གི་གནས་སུ་ད་གཟོད་སྒྲེ་བའི་དྲགས་  
 འོད་དང་གཟུགས་བརྟན་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་པ་ཅན་དུ་འཆར་བ་ནི་འདི་ལྷ་སྟེ། མཐོ་  
 རིས་ནི་འོད་དཀར་དཔག་ཆད་ཅམ་དུ་གསལ་བ་དང་། མགོ་ཡང་གྱེན་ལ་སྟོན་ཞིང་།  
 མ་དག་པ་ངན་འགྲོའི་གནས་ལ་ཡི་དྲགས་ལ་དུ་བ་དང་། དམུལ་བ་ལ་སྤྲོད་དུམ་མམ་  
 བལ་ནག་གསེད་པ་ལྷ་བུ། བྱོལ་སོང་ལ་ཁྲག་བཙོ། ལྷ་མིན་ལ་ཁ་ཆར་རྣམས་སུ་སྤྲོད་  
 ཞིང་། མགོ་ཡང་ལྷ་མིན་དང་བྱོལ་སོང་ཕྱེད། དམུལ་བ་དང་ཡི་དྲགས་བྱར་ལ་ལྷ་བའི་  
 ཁྱད་པར་ལེགས་པར་བརྟགས་ཤིང་གཞན་ཡང་མདོན་གྱུར་དུ་ལྷ་མའི་གནས་མཐོང་  
 བའམ། དེ་བཞིན་དུ་དུད་འགྲོ་ལ་ནགས་ཆལ་དང་མཚོ་གླིང་། དམུལ་བ་དང་ཡི་  
 དྲགས་མའི་འོད་ཟེར་མཛེས་པ་ལ་སོགས་མདོར་ན་འདོད་པར་སྒྲེ་བ་རྣམས་ཡུལ་ལ་  
 དགའ་གདུང་། གཟུགས་སུ་སྒྲེ་བ་རྣམས་འོད་ལ་དགའ་གདུང་། གཟུགས་མེད་དུ་སྒྲེ་  
 བ་ཅི་ཡང་མེད་པའི་སེམས་གནས་ལ་དགའ་གདུང་འཆར་ཞིང་། གང་སྒྲེའི་གནས་ཡིད་  
 དུ་ལྷག་པར་འོང་ཞིང་གདུང་བ་འཕེལ་བ་ལྷར་བྱིན་པའམ། འཛིགས་སྒྲག་གི་སྤྲོད་  
 བས་དེད་པས་དེ་དག་ལ་སྒྲུབས་སུ་མཐོང་ནས་གཤམ་པའི་སེམས་དར་གཅིག་ཆགས་པ་  
 ལས་སྒྲེ་བ་ཡིན་པས། རགས་པའི་ལུས་རྟེན་མེད་པའི་རྒྱུན་གྱིས་ལུས་འཚོལ་བ་ལ་



སྤེང་བ་ཇི་ལྟར་འཕེལ་ཡང་གནས་ངན་ལེན་གྱི་གྲོང་དུ་མི་འདུག་པ་ལ་གཟབས་པར་  
བྱའོ། །དེ་ལྟར་སྤྱེ་གནས་གྱི་མཚང་འདིར་མཁས་པ་དང་གྲུབ་པར་གྲགས་པའི་བྲིད་  
ཡིག་རྣམས་སུའང་གདོད་འདུག་པའི་ལྟས་བཤད་མ་ཐག་པ་ཉིད་མ་བཟོད་པར། ཞུགས་  
ཟིན་པའི་ལྟས་ལྟ་ལ་གཞལ་ཡས་ཁང་། ལྟ་མིན་ལ་འོད་གྱི་ལོར་ལོ། །མི་ལ་ཁང་  
མཛེས་སོགས་བསྟན་པ་ནི་མོར་བར་ཤེས་ཏེ་ཉི་ཟླ་ཁ་སྦྱར་ལས། འགལ་མེའམ་ནི་  
ཆར་བའམ། །དེ་བཞིན་གྲང་བ་ནམ་མཁུགས་པ། །སྤྱེ་བོ་འདུས་པའི་ཅ་ཅ་དང་། །ལྟ་  
ཁང་ངམ་ནི་ཡང་ཐོག་གམ། །ཁང་བྱ་དག་ནི་བརྟེན་པར་མཐོང་། །ངན་སོང་རྣམས་  
ནི་སྦྱིལ་བུའམ། །ལུགས་རྟུགས་གྲོག་པོ་སྤྲོད་པར་མཐོང་། །འདི་དང་མངལ་དུ་རྒྱུད་  
པའི་ལྟས། །འགྲོ་བར་འདོད་ཀྱང་རྒྱས་འཐུམས་ཏེ། །ཐོགས་པ་ཉིད་དང་བཅས་པའོ། །  
ཞེས་པས་གསལ་ལོ། །འོན་ཀྱང་རྒྱ་མཚོ་སྤྲོན་ལུང་དེ་ལྟར་གསུངས་པ་ནི་རེ་ཞིག་སྤྱི་  
རབས་པ་དག་གི་ཡི་གེའི་རྗེས་སུ་འབྲངས་པ་སྟེ། ལར་ས་ནས་སར་འཕར་བའི་  
སྤངས་རྟོགས་ལ་ཁུད་པར་ཡོད་པ་བཞིན་དབྱེད་པ་རྫོགས་པའི་མན་ངག་ཐེག་མཚོག་  
རིན་པོ་ཆེར་དེ་ལྟར་ཞལ་གྱིས་མ་བཞེས་པའི་ཕྱིར་རོ། །གཞན་ཡང་བཤད་རྒྱལ་གྱི་  
ཁུད་པར་ཁ་ཅིག་དུ། ལུས་འཕགས་པོར་སྤྱེ་ན་ངང་པ། སྤྱ་མི་སྟན་ཏ། བ་སྤྲང་སྤྲོད་  
དུ་སྤྲང་། འཛམ་བུ་གྲིང་དུ་མི་ཕོ་མོ་ཆགས་པ་སྤྲོད་པར་མཐོང་བས། དེ་ལ་རབ་གྱི་  
ཆགས་སྤང་དང་མིག་སེར་སྤངས་ནས་སྤང་བ་བདེན་མེད་དུ་སྤྲོད་། འབྲིང་གིས་དབང་  
དུས་གྱི་ཉམས་ལེན་ངེས་པས་སྤྱ་མའམ་ཡི་དམ་ཡབ་ཡུམ་སྒྲོམ་ནས་གསང་དབང་གི་  
དོན་ཉམས་སུ་སྤྲོད་ཞིང་ཤེར་དབང་གིས་བདེ་སྤྲོད་ལམ་དུ་སྤྲོད་། དེ་ཙམ་གྱི་སྤྱོ་རུས་  
དང་མི་ལྟན་ན་བྱང་རྒྱུབ་སེས་མ་དཔའི་སྤྱེ་སྤྲོད་ལས་གསུངས་པའི་འདོད་ཆགས་ལ་མི་  
གཙང་བའི་འདུ་ཤེས་དགུ་སོགས་ཞེན་ལོག་གི་གཉེན་པོ་བསྟེན་ཅིང་དག་པའི་ཞིང་ཡིད་  
ལ་བྱས་པས་མངལ་སྒྲོ་ཞིགས་ཏེ་མངོན་དགའ་དང་བདེ་བ་ཅན་ལ་སོགས་པར་བརྟོའི་

སྐྱབས་ལས་ཐུས་ཏེ་སྒྲེ་བ་ལེན། བརྩོན་འགྲུས་ཞན་པས་དབང་པོ་ཐ་མར་བཞག་  
 ཀྱང་། ཤེས་རབ་ཀྱི་སྒྲོན་ས་ལམ་གྱི་གནད་ཤེས་པ་དག་ནི་ཁམས་དྲུག་ལྟན་གྱི་རྟེན་  
 ལ་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པའི་རྟེན་ཁྱད་པར་ཅན་འཛམ་གྱུའི་གྲིང་ལས་ཀྱི་ས་པའི་གཞན་  
 འབྱོར་དམ་པ་ལྟ་དང་རང་ཉིད་འབྱོར་པའི་དབལ་ལྟ་སྟེར་པའི་མངལ་དུ་རྩི་ལྟར་འཇུག་  
 པའི་ཚུལ་གྱིས་བྱ་རྒྱུ་རེ་པས། བར་དོའི་ལུས་དེ་མ་ཡི་མངལ་དུ་ནི། ཁྱེད་ཀྱི་ཚུལ་དང་པོ་  
 མགོན་པོ་མི་སྒྲིད་པའི། སྐྱེ་ལས་ཁྱེད་ཀྱི་པའི་རྩི་རྩེའི་སེམས་བསྐྱེད་ཅིང་། རྩི་ལས་  
 ལུས་དཀྱིལ་བཞུགས་ཅིང་སྒྲོག་གསུམ་དག རྩིན་གྱིས་བསྐྱབས་ཤིང་སེམས་དཔའ་སུམ་  
 བརྩེགས་སུ། རྩས་ནས་རིག་མའི་འདོད་ཡོན་རྣམ་རྩལ་པའི། རྩིན་སྤང་སྒྲེ་གི་བར་  
 དོའི་གོམས་འདྲིས་ཀྱིས། སྒྲེ་བ་སྐྱེལ་སྐྱུའི་རྣལ་འབྱོར་ལམ་བྱེད་ཤོག ཅེས་པའི་ངེས་  
 པ་ལ་ད་ལྟ་ནས་འདྲིས་པར་བྱ་ཞིང་དུས་དེའི་ཆོ་ལས་ལ་སྐྱར་བར་བྱའོ། ཐ་མའི་ཐ་  
 ཤལ་ཆོས་ཀྱི་བག་ཆགས་མེད་པ་དག་ནི་རྒྱད་ལས། དཔེར་ན་རྩལ་ནི་མེ་འཛིན་དང་།  
 དེ་བཞིན་འདམ་གྱིས་ཐུས་འཛིན་དང་། མཁའ་འགྲོ་འདོད་པའི་དབང་གིས་ནི། ས་  
 ཁྱུང་བྱས་པའི་རྟེན་འཛིན་ལྟར། དབང་མེད་ཆགས་པའི་རྟེན་འཛིན་ཏོ། ཞེས་པ་མའི་  
 སྒྲོམས་འཇུག་གི་རྟེན་བར་སྤྱིད་ཀྱི་སེམས་ཅན་འཛིན་པའི་དབང་ལས་ཐོ་མོ་འབྲིག་པ་  
 བསྟན་པའི་མངལ་སྒྲོར་དབྱར་གྱི་གུལ་ལ་སྐྱང་མ་འདྲུབ་ལྟར་བར་སྤྱིད་དབྱེ་བ་དཔག་  
 མེད་འཕངས་པ་ལས་དེར་སྒྲེ་བའི་ལས་ཅན་དེ་བཤད་ལམ་ནས་རང་དབང་བྱལ་བར་  
 འཇུག་པས་དེའི་ཆོ་ཞིང་དག་པར་སྒྲོན་ལམ་འདེབས་པ་དང་། སྐྱབས་འགྲོ་བྱེད་པ་  
 དང་། མངལ་སྒྲོ་ངན་པ་ལས་ལོག་སྟེ་བཟང་པོ་འདེམ་པར་འདུན་པ་བསྐྱར་བས་དལ་  
 འབྱོར་བཙོ་བརྒྱད་དང་ལྟན་པའི་མི་ལུས་རིན་པོ་ཆེ་ཐོབ། བླ་མ་དམ་པ་དག་པའི་  
 བཤེས་གཉེན་དང་མངལ་ཏེ་རྩིས་སུ་བཟུང་ནས་གྲོལ་བ་ཡིན་ནོ། རྩི་ལྟར་བར་དོའི་  
 རང་བཞིན་རྣམས་རྩད་ཟད་གསལ་བར་བཤད་པ་དེ་ནི་དུས་དང་བསོད་ནམས་ཀྱིས་



དབང་ལས་སྒྲིང་ཏིག་ལ་མོས་པས་སྒྲིད་པ་ཉུང་བའི་ཡོད་སྒྲིད་ནའང་བྱིན་ཅི་མ་ལོག་པའི་  
 གནས་ལུགས་ཤོགས་པ་དང་། སྒྲེ་བ་འདི་འམ། འཆི་ཁར་གྲོལ་བའི་གདེང་ཐོབ་པ་  
 དགོན་པར་ཤེས་ནས་འདི་དག་ཏུ་གྲོལ་བར་ཐོབ་པའི་རེ་བ་ཡིད་གདུངས་པའོ།། །།  
 སྒྲི་དོན་གསུམ་པ་དབང་པོ་ཐ་མ་རང་བཞིན་སྒྲུལ་པའི་ཞིང་དུ་དབུགས་འབྱིན་པ་ནི།  
 འདི་ལྟ་བུའི་མངོན་སུམ་འོད་གསལ་གྱི་སྒྲོ་མཐོང་ཡང་། མི་ཆེ་སོས་དལ་དུ་རྒྱ་བའི་  
 སྒྲིང་རུས་ཀྱིས་ཉམས་སུ་མ་ལོངས། ལམ་གྱི་གནས་སྐབས་སུ་བླ་མ་དམ་པས་མ་བཟོན་  
 པས་ངའི་མན་ངག་འདི་གཞན་ལས་ཁྱད་པར་འཕགས་སོ་སྒྲུམ་པའི་སྒྲོ་བ་དག་འཚམ་  
 ལས་ལམ་རྟགས་དང་སྒྲུང་བ་འཕེལ་བའི་ས་བཟོན་གང་ཡང་མེད། ཤེས་རབ་ཞན་པས་  
 ཆོས་བརྒྱད་ཤོགས་པ་ཆེན་པོར་སྒྲོ་བདེ་ཡང་གང་ཟག་ཤོགས་པ་ཆེན་པོར་མ་སོང་བས་  
 ཆོད་ཆུང་། དེ་ལྟ་ནའང་མོས་པ་ཆོས་ཕྱོགས་སུ་སྒྲིད་པས་མི་དགེ་བའི་འཇུག་པ་སྒྲུབ་  
 པས་མི་ལམ་དགེ་བ་ཚམ་དུ་གྱུར་པའི་ལས་ཅན་གང་ཞིག་སྒྲིད་པའི་བར་དོ་མི་ལམ་གྱི་  
 སྒྲུང་ཆ་ལྟ་བུར་སྒྲེབས་དུས་ང་གི་འཇུག་སྒྲུམ་དུ་ངོ་ཤེས། བླ་མ་ལ་མོས་གུས་ཡོད་པ་  
 གཞིར་བཞག་ནས་དེ་ཉིད་དྲན་པ་ལས་དེས་གསུངས་པའི་གདམས་པ་དྲན་པར་གྱུར་  
 ཏེ། སྒྲོན་དུ་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་བར་དོ་ངོས་མ་བཟོན་ཅིང་བདེན་སྒྲོབས་མ་རྟོན་པས་སྒྲིད་པ་  
 བར་དོར་ཁ་ལུའུ་བ་དེ་ངོ་ཤེས། ད་ནི་རང་བཞིན་སྒྲུལ་པའི་ཞིང་དུ་འགྲོ་བར་བྱའོ་  
 སྒྲུམ་པ་ཚམ་ལས་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་བྱིན་རྒྱུ་ལས་ཀྱིས་ཞིང་ཁམས་དེར་པདྨའི་སྒྲུབས་སུ་རྒྱས་  
 ཏེ་སྒྲེ་བའི་ཚུལ། ཉི་ཟླ་ཁ་སྒྱུར་ལས། སྒྲེ་གནས་རྗེས་སུ་དྲན་པས་དབང་པོ་ཐ་མ་  
 རྣམས་རང་བཞིན་སྒྲུལ་པ་སྒྲུའི་ཞིང་ཁམས་སུ་དབུགས་འབྱིན། ཞེས་པས་གདམས་  
 ངག་གཅིག་པ་ནི་ཅི་ཡང་མེད་དེ་བྱ་སྒྲུལ་ཆོད་ཆེ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལ་ད་ལྟ་ནས་མན་ངག་  
 སྒྲོན་པའི་བླ་མ་ལ་གདུང་བ་ཡོད་པ་དང་། ཉིན་དུས་རང་སྒྲུང་མངོན་སུམ་ལ་ལྟ་བ་  
 དང་། མཚན་མོ་གཉིད་དུ་འགྲོ་ཁར་ཡང་ང་འཆི་བ་ཡིན། ཐིམ་རིམ་ངོ་ཤེས་པར་བྱས་

ཏེ་རང་བཞིན་སྐྱུ་ལ་པའི་ཞིང་དུ་འགྲོ་བར་བྱའོ་སྐྱམ་པའི་འདུན་པ་དྲག་པོ་དང་བཅས་  
 སྐྱུ་ལ་པའི་ཞིང་གི་བཀོད་པ་དང་ཡོན་ཏན་ལ་ལྟ་བའི་ངང་དུ་ཉི་ལ་ཞིང་། ཐུན་བར་དག་  
 ཏུ་འང་གོང་དུ་བཤད་པའི་རྣམ་ཤེས་རྒྱུ་ཞོན་གྱིས་རྩལ་འབྱོངས་པ་ཞིག་ནི་ངེས་པར་  
 དགོས་པས་ལམས་བ་དང་ངན་སོང་ལ་འཇིགས་པ་འགའ་ཙམ་ཡོད་ན་དེ་ལ་སྤྱིང་གཏམ་  
 ཏུ་བྱས་པའོ། །དེ་ལ་རང་བཞིན་སྐྱུ་ལ་པའི་ཞིང་གི་ཡོན་ཏན་བཤད་པ་ནི་འདི་ལྟ་སྟེ།  
 རིག་པ་རང་ཤར་ཆེན་པོའི་རྒྱུད་ལས། འདི་ནས་ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་འཇིག་རྟེན་གྱི་ཁམས་  
 ན། ཞིང་ཁམས་མངོན་པར་དགའ་བ་ཞེས་བྱ་བ་ཡོད་དེ། སྐྱུ་ལ་པའི་སྤྱི་ཞིང་ཁམས་  
 དེ་ན། སྐྱུ་ལ་པའི་སྤྱི་རྩི་རྩེ་སེམས་དཔའ་ཞེས་བྱ་བ། དེ་བཞིན་གསེགས་པ་ཐམས་ཅད་  
 གྱིས་དབང་བསྐྱར་བ་དམ་པ་ཐོབ་པའི་གནས་དེ་ན། གཞལ་ཡས་ཁང་གི་ཡོན་ཏན་  
 དཔག་ཏུ་མེད་པ་ཡོད་དེ། དེ་ཡང་འདི་ལྟ་སྟེ་རིན་པོ་ཆེ་ཤེལ་ལས་གྲུབ་པའི་ཁང་པ་  
 སྒོ་བཞི་དང་ལྗན་པ། རིན་པོ་ཆེའི་རྩ་བབས་དང་ལྗན་པ། ས་གཞི་ཐམས་ཅད་ཀྱང་  
 རིན་པོ་ཆེ་ཤེལ་ལས་གྲུབ་པ། རིན་ཏུ་ཡིད་དུ་འོང་བ། བལྟ་ན་སྤྱག་པ། ཐེམ་སྐྱས་  
 དང་། སྐར་ཁུང་དང་ལྗན་པ། སྒོ་བཞི་ན་སེང་སྐར་ཆེན་པོ་བཞི་ཡོད་པ། སེང་སྐར་  
 ནས་ཉི་མ་འཆར་བར་རིན་པོ་ཆེ་ཤེལ་ལས་གྲུབ་པ་ལ་ཕྱག་ནས་ནང་དུ་ཉིན་མོ་འོད་  
 ལཱི་སྤང་བ་ལྟག་པར་འཆར་བའོ། །གཞལ་ཡས་ཁང་དེའི་ཕྱི་རིམ་ན། ཡན་ལག་  
 བརྒྱད་དང་ལྗན་པའི་རྩའི་འོབས་ཡོད་པ་དེ་ལ་ནད་གྱིས་བཏབ་པ་རྣམས་གྱིས་འབྱངས་  
 པ་ན་ནད་འཆོ་བར་འགྱུར་ལ། དེའི་ཕྱི་རིམ་ན་མཆོའུ་བརྒྱད་ཡོད་དེ། དེ་རྣམས་གྱི་  
 ནང་ནའང་བྱ་སྐད་སྐར་པ་སྤྲོ་ཆོགས་ཏེ། དེའང་འདི་ལྟ་སྟེ། བྱའི་རྒྱལ་པོ་ངང་པ་  
 གསེར་ལྗན་དང་། འཐིང་རིལ་དང་། བྱ་ཀ་ཏི་དང་། བེ་ཙོ་མི་སྐད་ཤེས་པ་དང་། ཁུ་  
 བྱག་དང་། ཤང་ཤང་ཏེའུ་དང་། རི་སྒྲེགས་དང་། དེ་ལ་སོགས་ཏེ་བྱ་སྐད་སྐར་པའི་  
 བྱ་རིགས་སྟོང་ཕྱག་བརྒྱད་ཅུ་དང་། ཡིད་དུ་འོང་བའི་བྱ་རིགས་འདི་ལྟ་སྟེ། ཀང་ཀ་



རི་དང་། སྤུང་དང་། ཟེར་མོ་དང་། ལྷའི་བྱ་བྲིལ་བྱའི་སྐད་ཅན་དང་། བྱ་གྱི་ཉི་པ་གསེར་  
 གྱི་དོ་རྗེའི་གཟུགས་ལ་སོགས་ཏེ། གཡུའི་མདོག་ལྟར་སྒྲོ་བ་དང་། རྩུང་གི་མདོག་  
 ལྟར་དཀར་བ་དང་། བྱི་རུའི་མདོག་ལྟར་དམར་བ་དང་། ཡིན་ཕྱོ་ཕྱོ་ལ་ལྟར་ལྗང་བ་ལ་  
 སོགས་ཏེ། ཡིད་དུ་འོང་བ་དང་། སྐད་སྟན་པ་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པ་ཡོད་དོ། །དེའི་  
 བྱི་རིམ་ན་རིན་པོ་ཆེ་སྒྲ་བདུན་གྱི་ལྷགས་རི་ཡོད་དོ། །དེ་རྒྱམས་གྱི་དབུས་ན་རིན་པོ་འི་  
 ཆེ་སྒྲ་བདུན་ལས་བྱས་པའི་བྲི་ཆོས་འཆད་པའི་སྟན་དང་ལྟན་པ་ཡོད་དོ། །དེར་སྒྱུ་ལ་  
 པའི་སྒྲ་དོ་རྗེ་སེམས་དཔའ་ཞེས་བྱ་བ་དེ། སྒྲོད་ལ་ལའོར་རྒྱམས་ལ་རྒྱུའི་ཆོས་འཆད་  
 དོ། །ཁྱམ་བྱེད་ན་གསང་སྒྲགས་བྱའི་ཆོས་འཆད་དོ། །ཐོ་རེངས་ནང་གི་ཆོས་འཆད་  
 དོ། །ཉི་མ་བྱེད་ན་རྗེ་གསལ་པ་ཆེན་པོ་འབྲས་བུ་སྒྲ་ན་མེད་པའི་ཆོས་འཆད་དོ། །དེ་ཡང་  
 ཞག་རེ་ལ་ཆོས་བུན་བཞི་བཞི་འབྱུང་དོ། །དེ་ན་གནས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 དེ་དག་ཀྱང་སྒྱེ་བ་གཅིག་གིས་ཐོགས་པ་ཤ་སྟག་གོ། །ལོ་ཡང་ལྷ་བརྒྱ་ལྷ་བརྒྱ་བུ་བོ། །  
 ཞིང་ཁམས་དེ་ན་ཟས་དང་སྒྲོམ་ཡང་ཡིད་ལ་དྲན་པ་ཅམ་གྱིས་ཆོམ་པ་ཡོད་དོ། །དེ་ན་  
 བད་མེད་པས་མཆོག་རྟུ་བདེ་ལ། བྱང་སྤྱིད་ནའང་ཆུ་ཡན་ལག་བརྒྱད་དང་ལྟན་པ་དེ་  
 འབྱུང་བས་ནད་སེལ་ཏོ། །མེ་ཏོག་སྒྲ་ཆོགས་གྱིས་སྒྱུ་ལ་པའི་སྒྲ་དེ་ལ་མཆོད་པ་ཆེར་  
 བྱེད་པ་ཤ་སྟག་གོ། །གཞལ་ཡས་ཁང་དེའི་ཟུར་བཞི་ན། ལྷ་ཉིག་ལས་བསྐྱུན་པའི་  
 མཆོད་རྟེན་བཞི་ཡོད་དོ། །དེ་བཞིའི་བར་ན་བྲིལ་བྱ་གཡེར་ཁའི་དུ་བའི་ཐག་པས་སྒྲེལ་  
 བས་ཡོད་དོ། །ཐག་པ་དེ་རྒྱུང་གིས་བསྐྱོད་པ་དང་བྲིལ་བྱའི་སྒྲ་ཡིད་དུ་འོང་བ་སྒྲ་ཆོགས་  
 འབྱུང་དོ། །ཕྱོགས་བཞི་ན་དར་སྒྲ་ཆོགས་གྱིས་བདན་བཞི་ཡོད་དེ། དེ་རྒྱུང་གིས་བསྐྱོད་  
 པ་ལས་དྲི་ཞིམ་པ་སྒྲ་ཆོགས་འབྱུང་དོ། །གཞལ་ཡས་ཁང་དེ་ནི་ཤར་ཕྱོགས་ན་དཔག་  
 ཆོད་ལྷ་བརྒྱ་འདས་པའི་སྟངས་ཡོད་དོ། །དེར་སྒྲེས་པའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་དེ་  
 དག་ཀྱང་སུམ་རུ་རུ་གསུམ་གྱི་ལྷ་དང་ལོངས་སྤྱོད་མཉམ་པ་ཤ་སྟག་གོ། །ཤར་ཕྱོགས་

གྱི་སྒྲུལ་པ་སྒྲུའི་ཞིང་ཁམས་དེ་ན་དེ་བཞིན་དུ་ཡོད་དོ། །ཞེས་པས་ཕྱོགས་གཞན་གསུམ་  
 གྱི་བཀོད་པ་དང་ཆེ་ཆད་དང་། ཡོངས་སྒྲིབ་ལ་སོགས་པའི་བྱད་པར་ཅུང་ཟད་མ་  
 གཏོགས་ཤེས་པར་འགྱུར་ལ། ཁྱེན་དང་བཞེན་པའི་མངོན་བཟོན་གྱི་བྱད་པར་གཞན་  
 བེ་ཨ་ཏི་བཀོད་པ་ཆེན་པོ་ལས། དཔལ་དང་ལྡན་དང་པདྨ་བཅུགས་པ་དང་། །ལས་  
 རབ་ཉིད་ནི་ཡོངས་སྒྲིབ་ཕྱོགས་པའི་ཞིང་། །རིན་ཆེན་འབྱུང་ལྡན་པདྨ་གར་དབང་རྟ། །  
 རོན་ཡོད་གྲུབ་པས་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་སྒྲིབ་། །དཀར་སེར་དམར་དང་ལྗང་ཁུའི་ཁ་  
 རོག་གསལ། །ཞེས་དང་། དེ་དག་གི་དབྱུང་ན་བཅོས་ལྡན་འདས་གཟུགས་གྱི་རྒྱལ་  
 བོའི་ལྷ་ཆོགས་ཁྱོ་བོའི་དཀྱིལ་འཁོར་གྱི་རྣམ་པར་ཁྱགས་པའི་རྒྱལ་ཡང་རང་གར་ལས།  
 ཞིང་དེ་དག་གི་མདུན་གྱི་བར་སྒྲུང་ལ་སྒྲུལ་པའི་སྒྲིབ་ཁྱོ་བོའི་ཞིང་ཁམས་ཡོད་དེ། དུར་  
 ཁྱོད་ཆེན་པོ་མེ་རི་འབར་བ་ཞེས་བྱ་བ་ཡོད་དེ། དེ་ཡང་གཞལ་ཡས་ཁང་འདི་ལྷ་བྱ་  
 ཡོད་དེ། ཐོད་པའི་ཁང་པ་གྲུ་བཞི་དང་ལྡན་པ་ཡོད་དེ། དེ་ཡང་འདི་ལྷ་སྟེ། ཐོད་པ་  
 སྒྲུམ་བོས་འབྲས་བྱ་བྱས་པ། གར་རི་ཡོད་པས་ཕྱིག་པ་བྱས་པ། རྩྭ་ལྷང་ལོ་ཅན་  
 གྱི་ཁ་པད་བྱས་པ། རྒྱ་དང་དབངས་སྒྲུ་དཔག་ཏུ་མེད་དེ། གནམ་ལྷགས་གྱི་གཟེར་  
 བཏབ་པ། རྟུའི་ཞུམ་རྒྱ་འབབ་པ། ཉི་ཟླའི་ཀ་གདན་བྱས་པ། རྒྱ་སྒྲིན་ཁའི་ཀ་  
 གཞུ་བྱས་པ། ལྷ་ཆེན་པོ་བརྒྱད་གདུང་དུ་བྲེས་པ། མཆོག་ཆེན་པོའི་གྲ་བ་བཏང་བ་  
 ཡོད་དོ། །ཉིན་མོ་རྒྱུང་འཕྱུགས་པ། མཆོན་མོ་མེ་འབར་བ། གཞལ་ཡས་ཁང་དེའི་  
 གྲུ་བཞི་ན་ཞིང་ཆེན་གྱི་གདུགས་སྒྲུབ་པ། ལྷ་མོ་ལྷ་གར་བྱེད་པ། ས་གཞི་ཐམས་ཅད་  
 གྲུང་རྟུའི་རྩ་གྲོང་འབྲུག་པའོ། །གཞལ་ཡས་ཁང་དེའི་ནང་ན་བཅོམ་ལྡན་འདས་  
 གཞོན་རྒྱུད་པའ་བོ་སྟོབས་ལྡན་ཞེས་བྱ་བ། ཐུགས་ཁི་བ་ལས་མ་གཡོས་གྲུང་། སྒྲིབ་  
 ཁྱོ་བོའི་ཆ་བྱད་དུ་བསྟན་པ། མཁའ་འགྲོ་མ་དང་། ཁྱོ་བོའི་ཆོགས་དཔག་ཏུ་མེད་  
 པས་བསྐྱོར་ནས་ཡོད་དེ། དེ་ཡང་འདི་ལྷ་སྟེ། མཁའ་འགྲོ་མ་སྒྲུ་ན་ཉི་བར་ཁི་བ་དང་།



ཚངས་པ་དུང་མགྱིན་ཅན་དང་། དང་སྤྱང་ཟླ་འོད་གཞིན་ཅུ་དང་། ཡང་ལའོར་གྱི་  
 མཁའ་འགྲོ་མ་ཨེ་ཀ་ཅ་ཏི་སྟུན་དུག་དང་། དེའི་བྱན་མོ་བཙུ་བཞི་དང་། གཡོག་མོ་  
 ལྷ་བཙུ་ཅ་བརྒྱད་དང་། ཡང་གཡོག་འབུམ་ཁྱི་འབུམ་སྟོང་ལ་སོགས་ཏེ། མཁའ་  
 འགྲོ་མའི་ལའོར་དཔག་ཏུ་མེད་པས་བསྟོར་བའོ། །བཙམ་ལུན་འདས་དེའི་ཐུགས་  
 ལས་སྐུ་ལ་པའི་ལའོར་ཐུག་ན་རྩོམ་ལ་སོགས་ཏེ། མཁའ་འགྲོ་མའི་ལའོར་དཔག་ཏུ་  
 མེད་པས་བསྟོར་བའོ། །བཙམ་ལུན་འདས་དེའི་ཐུགས་ལས་སྐུ་ལ་པའི་ལའོར་ཐུག་  
 ན་རྩོམ་ལ་སོགས་ཏེ། ཁྱོ་བའི་དགྱིལ་ལའོར་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པས་བསྟོར་བ།  
 དགའ་རབ་རྩོམ་ལ་སོགས་ཏེ་མི་ལའོར་དཔག་ཏུ་མེད་པས་བསྟོར་བའོ། །ལའོར་  
 རྣམས་ལ་འབྲས་བུ་གསང་སྟགས་སྟུན་མེད་པའི་ཆོས་ཀྱི་ལའོར་ལོ་བསྟོར་བས་ཞི་བ་  
 སྐུ་ལ་པའི་སྐུ་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་གྲོལ་བར་བྱེད། ཐམས་ཅད་ཀྱང་ཁྱོ་བའི་  
 གཉེར་མ་དང་ལུན་པ་ཤ་སྟག་གོ། །གཞལ་ཡས་ཁང་དེ་ནི་གིན་ཏུ་ཡངས་པ་དང་ལུན་  
 པའོ། །ཞེས་སོ། །འདི་ལྟར་རྣམ་གྲོལ་དབུགས་ཆེན་འབྱེན་པའི་ཞིང་ཁམས་ལྷ་ནི་  
 བཙམ་ལུན་འདས་རྩོམ་ལ་སོགས་ཏེ་འཆང་གི་བྱིན་རླབས་ལས་རང་བཞིན་དུ་བཀོད་པས་ནང་བཞིན་  
 སྐུ་ལ་པའི་ཞིང་ཁམས་ཞེས་བྱ་ལ། ལས་འཕྲོ་ཅན་ལས་དེ་ཉིད་མངོན་དུ་སྤྱང་བའི་རྒྱ་  
 ནི་ཁམས་བདེ་གསལ་སྟོང་པའི་བྱབ་བྱེད་ཀྱི་སྟོང་ཁ་ན་མེ་ལོང་ལྷ་བུ་ལ་སོགས་པའི་  
 ཡེ་ཤེས་བཞི་རང་གསལ་པའི་གཞི་སྤྱང་ལུན་གྲུབ་རིན་པོ་ཆེའི་སྟོ་ལོངས་སྐྱའི་ཕྱོགས་  
 བཞིན་དུ་གདོད་མ་ཉིད་ནས་ལམ་གྱི་སྤྱང་བར་ཡོད་པའི་རང་བཞིན་དུ་གསལ་བ་ལ་  
 ཤར་ལ་སོགས་པའི་བརྒྱུ་བཟང་གསལ་པ་ཉིད་ཐུན་མོང་བ་ཁ་ཅིག་ལྟར་ཕྱོགས་གསལ་  
 ན་ཡོད་བར་ནི་མི་བལྟའོ། །དཔག་ཚད་ཀྱི་ངེས་པ་བཤད་པས་འགལ་ལོ་སྟུམ་ན། ཞིང་  
 ཁམས་དེ་དག་ཁམས་གསུམ་པའི་ཆོས་ཉིད་ལས་རྒྱང་རིང་པོ་ཉིད་དུ་འཕགས་པས་དེ་  
 སྤྱང་བཤད་པས་སྐྱེ་བཞིན་པ་མ་ཡིན་ལ་དེ་བཞིན་དུ་ཁྱོ་བའི་དགྱིལ་ལའོར་སྟོང་ན་

བཞུགས་པའང་དུང་ཁང་དུ་ཁྱོ་བོའི་ལྷ་ཚྭ་གསལ་ཡེ་ནས་བཞུགས་པའི་རྣམ་ཆ་ལས་ཤར་  
 བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ཡང་སྒྱུར་རང་བཞིན་ཞེས་པའི་སྒྲུབ་གནས་པའི་རང་བཞིན་སྒྲུལ་པ་  
 དང་། །བགྲངས་པའི་རང་བཞིན་གཉིས་སུ་བྱེ་བ་འདི་ཉིད་གོ་དོན་སྤྲོད་ཆེ་སྟེ། སྒྲུ་  
 མའི་ཚུལ་གསང་བ་སྤྲོད་པ་ས་བོན་གྱི་རྒྱུད་ལས། རོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྤྲུང་བ་ལ། །རོ་བོ་  
 ཉིད་ཀྱི་སྒྲུ་ཤར་བ། །དཔེར་ན་རང་དང་གཟུགས་བརྟན་བཞིན། །ཞེས་འབྲས་བུའི་  
 ཡོངས་སྒྲུ་བྱུང་ལྟ་བུ་ལས་ཆོས་ཉིད་ཀྱི་ཡོངས་སྒྲུ་མེ་ཡོང་དུ་གཟུགས་བརྟན་ཤར་བ་ལྟ་  
 བུ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ལ་བར་མ་དོའི་ལམ་དུ་སྤྲུང་བ་དེས་གདུལ་བུའི་དོན་དངོས་  
 སྒྲུ་བྱེད་པའི་བྱིར་བྱེད་སྒྲུལ་ཡོངས་སྒྲུའི་རྣམ་པར་བཞག་ལ། བྱི་མ་ནི་ལ་རོལ་ཏུ་བྱིན་  
 པའི་བརྟུ་གཅིག་ཀྱན་ཏུ་འོད་ཀྱི་སའི་སྤྲུང་བ་དེ། རང་ལམ་གྱི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་  
 རྣམས་སངས་རྒྱུས་གྱི་གསུང་ནི་ཐོས་ལ། ཤེས་བུའི་སྒྲིབ་པས་སྒྲུ་ནི་མི་མཐོང་སྟེ། སྒྲུ་  
 རྣམ་མཐོང་བ་ན་ཤེས་བུའི་སྒྲིབ་པ་ཟད་ནས་འཆང་རྒྱ་བར་འདོད་པའི་བྱིར་རོ། །གྲུབ་  
 པའི་མཐའ་འདི་འཛིན་པ་རྣམས་ཀྱིས་ཤེས་པར་བྱ་བའི་གནས་གཅིག་ཏུ་ཡོད་པས་དང་  
 བདག་ཉིད་ཀྱི་འདུན་སར་ཚྭ་གསལ་པ་ཆེན་པོའི་བསྟན་པའི་སྤྲུང་བ་ནི་ཁྱེད་ཅམ་སྤྲུང་ངེས་  
 བཟོད་དུ་བྱས་པ་སྟེ། འདི་ཅམ་གྱི་སྒྲུ་གསུམ་ལྟན་གྱིས་གྲུབ་པའི་འབྲས་བུའི་ས་ལ་  
 ལེགས་པར་སྒྱུར་བའི་སྒྲུ་ཚྭ་ཆོག་བསྟན་ཟེན་ལ། རང་བཞིན་གྱི་རྣམ་པར་གཞག་པ་  
 དབྱིས་བྱིན་པའི་མཐའ་རེག་པར་འདོད་པའི་ཤེས་རབ་ཅན་ཡོད་ན། དེ་བཞིན་  
 གཤེགས་པས་ལེགས་པར་གསུངས་པའི་གནས་གང་ཡིན་པ་དོན་བཟང་པོ། །ཆོག་  
 འབྲུ་བཟང་པོ། །མ་འདྲེས་པ་ལ་སོགས་ཏེ་གསུང་གི་གསང་བ་བསམ་གྱིས་མི་བྲུབ་  
 པའི་ཡོན་ཏན་མ་ལུས་ཤིང་ལུས་པ་མེད་པར་ཡོངས་སུ་ཆང་བས་བྱིན་གྱིས་བརྟན་བས་  
 པའི་བཀའ་རྩོད་པ་མེད་ཅིང་། རེ་ཞིག་བོད་ཡུལ་འདི་ན་ཤིང་རྟ་ཆེན་པོ་ཀྱུ་སྒྲུབ་གྱི་  
 གཞུང་ལྟར་འཆོས་སྒྲུབ་གྱི་ཡོན་ཏན་གཉིས་དང་ལྟན་ཞིང་དགོངས་འགྲེལ་རྒྱུ་མཆོའི་རྩེ་



མོར་ཕྱིན་པས་ལུས་ཅན་མ་ལུས་པ་ཐར་བ་ཆེན་པོའི་གྲོང་ཁྱེར་དུ་བྱིད་པའི་རྒྱུ་གསུམ་  
 ཤིང་རྟ་དགོངས་འགྲེལ་དང་བཅས་པ་དང་། དུས་གསུམ་གྱི་རྒྱལ་བ་རྒྱུ་གསུམ་གྱི་སྐྱེ་  
 གསུང་ཐུགས་ཡོན་ཏན་ཕྱིན་ལས་མི་ཟད་པ་རྒྱན་གྱི་ལམ་ལོའི་མཛོད་ཆེན་པོར་དོན་  
 དམ་པར་ལྟན་གྱིས་གྲུབ་ཅིང་། ཞར་ལ་ཐེག་པའི་རྒྱལ་པོར་ལུ་བའི་སྐལ་བ་དན་  
 པའི་རི་དྲགས་དང་། གྲུ་གྲོའི་གྲུབ་མཐའ་ལུང་དང་རིགས་པའི་མཆོན་ཆས་ཆར་  
 གཅོད་པ་ལ་ཆོས་ཀྱི་གྲགས་པའི་བརྟུལ་ཞུགས་མ་སྤྲད་པས་རིན་པོ་སྒྲ་བདུན་གྱི་རིས་  
 ཆེག་བཟང་པོས་ལེགས་པར་བསྐྱུངས་པ་དག་ལས་ཤེས་པར་བྱ་བ་ཁོ་ནའོ། །ཞེས་  
 རང་གི་སྒྲོབ་མའི་ཆོགས་ལ་གདམས་པའོ། །

ཉི་ཟླ་ཇི་བཞིན་འཕགས་པའི་ལམ་གྱིས་རྗེས་སུ་འགོ་བའི་སྒྲོ་གྲོས་དྲི་མ་མེད་པ་  
 གང་། །ལེགས་གསུངས་ཡོན་ཏན་མཆོག་ཏུ་རྒྱ་ཆེའི་དོན་འབྲས་འདིར་མཆིས་ལྷ་  
 དུམ་སྐྱ་རའི་མེ་ཏོག་བཞིན། །འདི་ཐོས་རང་བཞིན་ལེགས་པར་ཤེས་ནས་གྲུ་དབང་  
 གཙུག་གིས་ནོར་བུ་ལྟ་བུར་འཛིན་པའི་རིགས། རྗེས་པ་ཆེན་པོའི་སྒྲོད་མཆོག་ཉིད་  
 དོ་སྤྲོད་པ་ཐ་མའི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔར་གྲགས་པ་ཅན། །འདིར་སྤྲང་བདེ་སྤྱག་  
 གདེངས་ཀས་བརྟེན་ལ་ཕྱི་མའི་འཛིག་རྟེན་བལྟར་མི་མཛོན། །བདག་འཛིན་ནགས་  
 ཆལ་ཤིན་ཏུ་སྤྱག་པོར་ཀྱན་འབྱུང་གཉིད་དུ་ཡུར་བ་ཅན། །སྤྲོད་པའི་ལམ་ལོ་གང་  
 དུ་འབྱེལ་བས་གྲོང་ཁྱེར་བཞི་ཡིས་རྒྱ་བོ་ལ། །བརྒྱལ་བའི་ཕ་མཐའ་ཐུག་པ་མ་ཡིན་  
 ལམ་ལོར་བས་བསྐྱུས་པའི་རྒྱུ་རྟེན་ཅན། །སྒྲོ་ཆོགས་སྤྱག་བསྐྱེད་ཐུག་པར་བྱི་ཡང་  
 བྲེད་དུ་མ་ཆོར་དམ་པའི་མགོན་དང་མཛའ་བ་མིན། །མ་ལུས་མི་ལུས་ལུས་པ་མེད་  
 པའི་ཆོས་ཀྱི་མིག་ནི་ཟླ་བས་གདུངས་པའི་བརྒྱ་བཞིན། །དཔལ་དང་འབྱོར་པའི་སྐྱ་  
 ཞགས་རིང་པོར་སྤྲད་གྱི་སྤྲོད་པ་བག་ལ་ཉལ་དུ་འགྲུགས་པའི་རྟེན། །སྤྲོ་ཞིག་གྲུང་  
 པོའི་རང་བཞིན་ཤེས་ནས་དམ་ཆོས་སྒྲུབ་པ་མི་ཡི་ནང་ན་བྱུ་མཆོག་གོ། །ཞེས་ལྟ་

བུའི་ཕྱིག་པ་ཡོད་མིན་སྟོན་གིས་ཅི་བྱ་དེ་བསྟོན་བཅུ་ན། །བཟོད་དང་མཚུངས་པའི་  
 དཀའ་ཐུབ་ཅི་ཞིག་འདི་ནི་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའི་ལམ། །དམིགས་པ་མེད་པའི་ཤེས་  
 རབ་ལ་སྟོན་ཕྱིན་དུག་སྟོད་པའི་གྲོགས་དང་བཅས། །ཤིན་ཏུ་ཞི་བའི་གནས་སུ་  
 འགོ་བ་སྟེས་བྱ་ཆེན་པོའི་ངང་ཚུལ་ལགས། །གང་ན་སྟེ་བོས་ཀྱན་ནས་སྟོངས་པའི་  
 བྲག་རིའི་ཁང་བཟང་བཞོད་ལེགས་ཤིང་། །ནགས་ཚལ་མེ་ཏོག་འབབ་ཆུའི་སྒྲ་བཅས་  
 བདག་ལ་སྟོ་བ་བསྐྱལ་བ་བཞིན། །བྱ་དང་རི་དྲགས་ཁྱོ་བ་མེད་གང་ཚངས་པའི་  
 གནས་པ་བཞི་ཡི་རྟེན། །སྟོན་དང་བཅས་པའི་ལུས་ནི་དེར་གཡོ་རང་དོན་མངོན་  
 པར་བྱང་ཆུབ་ཤོག །ཞིང་རྩལ་མཉམ་པའི་འགྲོ་འདིའི་ཀྱན་རྟོག་རྒྱ་མཚོ་ཆེན་པོའི་  
 རྩལ་རི་བཞིན། །དེ་རྟེན་འདུལ་བའི་ཆོས་ཚུལ་རྒྱ་མཚོར་བདག་གི་ཕྱིན་ལས་དཔལ་  
 འབར་ནས། །སེམས་ཅན་མ་ལུས་སྟོན་པར་བྱེད་པས་རྒྱལ་བ་རྒྱ་མཚོས་ཉེས་བྱས་  
 ཏེ། །སྤྱར་ཡང་གདོད་མའི་ནང་དབྱིངས་རྒྱ་མཚོར་བརྟེས་པ་མེད་པར་འཇུག་གུར་  
 ཅིག །ཚུལ་འདི་ཀོང་སྟོན་དཔའ་བོའི་དབང་ཕྱུག་སྟོན་པ། །དམ་པའི་རིགས་ཅན་  
 འགའ་ཡིས་སྟོན་བསྐྱལ་ཡང་། །རེ་ཞིག་སྟེལ་བའི་དུས་ལ་མ་བབས་པས། །མཁའ་  
 འགྲོ་རྒྱ་མཚོས་གྲོང་གིས་རྒྱ་བསྐྱམས་སོ། །ནམ་ཞིག་སྟགས་ཀྱི་བདག་མའི་ཡང་སྐུལ་  
 བྱི། །ཞིང་སྟོང་རྒྱ་ཀློའི་དབང་མོ་ཆེ་རིང་མས། །རྟེ་རྟེ་བཞད་སྒྲ་གཡོ་བའི་ལུང་བསྟན་  
 བཅས། །ཆོས་འདིས་འགྲོ་ལ་ཕན་པའི་གཉེར་བྱང་ཞིང་། །འཆི་མེད་རི་བོའི་སྟོན་  
 མངོན་མཐོ་ལ། །བརྟན་མཁས་ཡོན་ཏན་རྟོགས་པའི་བསྟན་འཛིན་རྟེས། །རིན་ཆེན་  
 ཤེལ་གྱི་ཕྱང་བ་བརྒྱ་ཅ་དང་། །གསེར་གྱི་མེ་ཏོག་བཅས་པའི་བཀའ་བསྐྱལ་ནས། །  
 བྱང་ཆུབ་ལྟོན་པའི་ནགས་ཁྱོད་ཆེ་རིང་ལྟོངས། །གང་ན་པདྨའི་ཐུགས་རྟེན་བསྟན་  
 པ། །རང་བྱུང་དོ་རྟེ་འཛིགས་མེད་གླིང་པས་བཞོད། །ཁྱིམ་མཚོར་དུབ་པའི་འགྲོན་  
 བོ་དཔུགས་འབྱེན་ཕྱིར། །བར་སྤང་བླ་བ་རྒྱུང་ཆས་པ་རྒྱུང་གིས་ཤིན་ཏུ་གཡོ་བ་



གང་། ། ཁྱིམ་པ་རྣམས་ནི་དེ་དང་དེར་འཛིན་ཀན་པོས་བྱེ་བྲག་བྱེད་པའི་གང་མ། ། ཟླ་  
 བ་གཡོ་མིན་རྒྱུད་གིས་བསྟོད་པའི་ངེས་པ་བཟོད་ནས་ཟླ་བའི་དངོས། ། བདེན་གྲུབ་  
 ཟླ་བ་དེ་ཡང་ཚོགས་པའི་བྱང་ཆུབ་ཆོས་ལ་ཡོད་མ་ཡིན། ། དེ་བྱིར་ལྟ་བའི་སྟོགས་མར་  
 གྱུར་པའི་སེམས་ཅན་སེམས་ཀྱི་གཞན་དབང་ཅན་ཡང་ཆོས་འདིའི་སྟོ། ། མཐོང་བའི་  
 མོད་ལ་ཚུལ་མིན་ཡིད་བྱེད་འཛིག་ལྟའི་རི་བོ་ཉེ་བར་ལེན་བཅས་ཞིག་གྱུར་ཏེ། ། ཆོས་  
 དང་གང་ཟག་གཉིས་ཀའི་ལྟོས་གྲུབ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་ཚོགས་པ་ཆེན་པོའི་དབྱིངས་  
 ཞིན་ས། ། ལྟ་བུའི་ཐ་མར་གིན་ཏུ་བསྐྱེད་དཀའི་རྒྱལ་བའི་ཕྱིན་ལས་རྒྱུད་མི་གསན་  
 པའི་བཀྲ་གིས་ཤོག ། སའ་མདྲ་ལོ་ཇ་ཡརྟུ། །

༄༅། །སྒྲོང་ཆེན་སྤྱིང་གི་ཐིག་ལེ་ལས། རྩོམ་ཐེག་པའི་སྤྱིན་  
གྲོལ་ལམ་གྱི་རམ་པ་ལས་འབྲོས་པའི་མན་ངག་གི་  
ཀླུ་ཏེན་པ་རྒྱ་དཀར་པོ་ཞེས་  
བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

༄༅། །བདེ་གསེགས་སྤྱིང་པོ་འགྲོ་བའི་ཁམས་ལ་ཉིལ་མར་བཞེན་དུ་བྱུང་གསལ་  
ཡང་། །སྒྲོ་བུར་སྤྱིང་གཉིས་རྟག་ཏུ་མི་བཟོད་བྲལ་བའི་ཚུལ་དུ་ཞོགས་པ་དག །ཅིག་  
ཆར་སེལ་བའི་རྒྱས་མཐུ་ཆད་མེད་རྩོམ་ཐེག་པ་ལས་གཞན་མིན། །དེ་ཡི་རང་བཞེན་  
རྣམ་པར་དབྱེད་མཁས་ཀྱན་མཁྱེན་གྱུ་བ་དབང་ཚོགས་ལ་འདུད། །འཕགས་ཚོས་དུ་  
མའི་ཞོར་གྱིས་ཡོངས་ལྷུག་ལ། །དབང་རྩོན་མཚོག་གི་གསལ་བའི་ཐབས་གྱི་ལམ། །  
སྤྱིན་གྲོལ་རྒྱ་འཛིན་དཔལ་ལ་བརྒྱལ་བ་འདི། །རིག་འཛིན་རྣམ་འབྱུང་དེད་དཔོན་  
དམ་པའི་སྒྲོལ། །ཤེས་རབ་གསུམ་གྱི་མེ་ལོང་ཕྱིས་པའི་དོགས། །ཚོས་གྱི་གྲོང་མོ་  
བྱེད་པའི་བཞེན་བཟང་མས། །དྲི་ཚིག་བརྒྱ་ཐབས་སྤྱིང་བུ་འབྱུང་པའི་ཚོ། །མཆིད་  
ལན་ཀ་ལ་པིང་ཀའི་དབྱངས་སུ་ལེན། །མི་ཚོས་གཙང་མ་བཅུ་དྲུག་གི་ཐ་གྲུ་ཡངས་  
པའི་ཞིང་ས་ལ། །ལྷ་ཚོས་དད་ཞོར་གཏོང་བའི་ལྷ་གསལ་ཡོངས་སུ་བསྐྱངས་ཤིང་། ཐོས་  
བསམ་སྒྲོམ་པའི་སྤྱིང་པོ་ནི་པི་ཀ་ལ་གཅིག་ཏུ་གཞིལ་པའི་ལོ་འབྲས་གྱིས་དུད་ཅིང་དམ་  
པའི་རྣམ་ཐར་བཟང་པོ་དང་ལྷན་པ་གང་གི་རྩོམ་ཐེག་པའི་སྤྱིན་གྲོལ་གྱི་ལམ་གྱི་གནད་  
དང་དེ་ལ་ཕར་ཕྱིན་གྱི་བགྲོད་འགྱུར་ཅི་ཚུལ་ཇི་ལྟར་གྱི་དྲི་བ་ཆེད་དུ་མཛད་པའི་ཆ་ལ་  
འོ་སྒྲོལ་གྱིས་སྤྱིང་པ་འདི་ལ་རིག་གྲུ་སོགས་བརྒྱལ་བརྟག་ཅོད་པའི་འཁོར་ལོའི་གྲར་  
མཆི་མ་སྤྱིང་བར། །རྩོམ་ཐེག་པའི་དབང་དང་སྤྱིན་བརྒྱུད་ལས་བྱུང་བའི་ཡེ་ཤེས་ཞིང་



ནས་དོན་བརྒྱད་བཟུང་སྟེ་ཀུ་སུ་ལུའི་སྒྲུབ་པ་ལ་གཞིལ་བ་ལགས་ཆོ། རྒྱ་ཆེའི་བཤད་  
 ཡམས་ཀྱིས་སྒྲུབ་ར་མ་སྟོབས་ཀྱང་། གློང་གསལ་རིག་པའི་རྩལ་གྱིས་སྒྲུང་བ་དཔེ་  
 ཆར་ཤར་བའི་གོ་ཡུལ་གྱི་ལམ་དུ་གཞུགས་ན། རྒྱ་མཚན་ཉིད་ཀྱི་ཐེག་པས་སྒྲིད་བྱ་  
 སྒྲིད་བྱེད་ལ་སོགས་པའི་ཀུན་རྫོབ་སྟོན་དུ་སོང་ནས་དོན་དམ་རྟོགས་པར་འདོད་ཅིང་།  
 དེ་ཡང་ལམ་དུས་སུ་ཆོགས་གཉིས་ལ་མཉམ་རྗེས་རེས་འཛོག་དུ་གྱུར་པས་ས་ལམ་གྱི་  
 བཞོད་པ་ལ་བསྐྱལ་པའི་བར་དུ་ཐོགས་པར་བཤད་པ་ཉིད། རྗེ་རྗེ་ཐེག་པའི་སྐབས་  
 སུ་རྗེས་དཔགས་གཏན་ཆོགས་ལ་མ་ལྟོས་པར་དབང་ལས་བྱུང་བའི་ཡེ་ཤེས་སྒྲིད་ཅིག་  
 མས་རང་གནས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་མངོན་སུམ་བཙན་ཐབས་སུ་ངོ་སྤྲོད་དེ་སྒྲིམ་པས་སྒྲིང་གཉིན་  
 རང་གྲོལ་དུ་དག་ནས་ས་ལམ་ཆོག་རྫོགས་ཡེ་གྲོལ་ཡིན་ལ། དེ་ལྟར་ན་འང་ལར་བྱིན་  
 གྱི་རྫོད་བྱེད་ལམ་ལུའི་གོ་དོན་མ་ལྟོངས་ན་བརྫོད་བྱའི་དོན་ལ་སྒྲིངས་པར་འགྱུར་བས་  
 འདི་ལྟར་ཁོ་བོའི་བླ་མ་ཀུན་མཁྱེན་གློང་ཆེན་པས། ཐོས་བསམ་དང་བསོད་ནམས་  
 གྱི་ཆོགས་གཙོ་ཆར་སྒྲིད་པས་ཆོགས་ལམ། རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་མཐོང་  
 ལམ་ལ་སྒྱུར་བས་སྒྱུར་ལམ། ཆོས་ཉིད་དངོས་སུ་མཐོང་བས་མཐོང་ལམ། མཐོང་  
 ཟིན་སྒྲིམ་པར་བྱེད་པས་སྒྲིམ་ལམ། བསྐྱབ་བྱ་མཐར་ཐུག་ནས་སྒྲིམ་དུ་མེད་པས་མི་  
 སྒྲོབ་པའི་ལམ་ཞེས་བཞེད་པའི་ཆོགས་སྒྱུར་ནི་དོན་དམ་གྱི་ངོ་བོ་ཡོད་པེས་ཡིན་སྟུང་  
 དུ་ཡིད་གྱི་དཔྱོད་པ་ལས་བདེན་པས་མངོན་སུམ་དུ་མཐོང་བའི་སྐལ་བ་ལྷ་བས་མོས་  
 པས་སྒྲིད་པའི་ལམ་ཡིན་ལ་མཐོང་ལམ་ནས་ཐོགས་རེ་མཐོང་བའི་རྩལ་རྗེ་ཆེར་འཕེལ་  
 བས་ས་དང་པོ་རྩིས་ཏེ། སྒྲིམ་པའི་ལམ་དུ་ས་བཙུ་རིམ་ཅན་དུ་བཞོད་པས། དེ་ཡང་  
 རང་གསེས་སུ་ས་བདུན་པ་རིང་དུ་སོང་བ་མན་ཆད་ལ་མ་དག་པའི་ས་དང་། བརྒྱད་  
 པ་མི་གཡོ་བ་ནས་བཟུང་དག་ས་གསུམ་དུ་བརྩི་ཞིང་། མི་སྒྲོབ་པའི་ལམ་ནི་རང་  
 བཞིན་ཅི་ཡིན་པ་མངོན་སུམ་དུ་གཟིགས་པས་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ས་ཁོ་ནར་ངེས་ལ། ལམ་

དེ་དག་གི་བྲལ་བའི་དྲི་མ་དཔེ་ཡང་ཨུ་ཅུ་མི་ཉིས་ཀྱི་སྒྲ་མར་དཔེ་རྣམ་པ་དགུ་ལ་བསྟན་  
 པ་ནི་གཞུང་འབྲེལ་ཆེན་པོ་རྣམས་སུ་བརྟག་པར་བྱ་ལ། དེ་སྐད་དུ། ས་བདུན་ལ་  
 བརྟན་དྲི་མ་ནི། །མངལ་སྤྱབས་དྲི་མ་དག་དང་མཚུངས། །མངལ་སྤྱབས་བྲལ་འདྲ་མི་  
 རྟོག་པའི། །ཡེ་ཤེས་རྣམ་པར་སྒྲིན་པ་བཞིན། །ས་གསུམ་རྗེས་འབྲེལ་དྲི་མ་རྣམས། །ས་  
 འདམ་གོས་བཞིན་ཤེས་བྱ་སྟེ། །བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་རྩེ་རྩེ་ལྟའི། །ཉིང་ངེ་འཛིན་གྱི་གཞི་མ་  
 བྱ་ཡིན། །ཞེས་བཤད་པ་ལྟར་འདི་དག་གི་རང་བཞིན་དཔྱིས་ཕྱིན་པ་ནི་རྩོད་བྱེད་གྱི་ཆོག་  
 ཉུང་ཅུས་དཔོགས་པར་མི་རུས་པས་བདག་ཅག་གི་བསྟན་པ་ཡོངས་རྫོགས་གྱི་གྲུབ་  
 མཐའ་རི་ལྟར་འདོད་པའི་ཞེ་སྤྱགས་སུ་ཡིད་བརྟན་འཆའ་རུང་བ་དཔལ་བསམ་ཡས་  
 པ་དག་གི་དབང་པོའི་བསྟན་བཅོས་སྟེ་དང་། བྱད་པར་གྲུབ་མཐའ་རིན་པོ་ཆའི་  
 མཛོད་གྱི་ལེའུ་བཞི་པ་ལ་བརྟག་པར་བྱ་ལ། སྒྲིམ་ཆེན་པ་ནི་བཤད་ཡམས་དང་རྟོག་  
 དཔྱད་ལ་གཙོ་བོར་མི་བྱེད་པས་དོན་གྱི་སྒྲིང་བོར། ས་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་དང་སྤངས་  
 རྟོགས་མཐར་ཕྱིན་པའི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ་ཡང་གནས་སྤྱབས་སུ་ཆོགས་  
 བརྟན་གྱི་འཛིན་པས་བཅིངས་ཏེ་མཛོད་མ་རུས་པ་ཅམ་ལས་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
 གྱི་རྟུན་ལ་མ་ཞུགས་པ་འགའ་ཡང་མེད་ལ། དེའི་དཔེ་ནི་སངས་རྒྱས་པལ་པོ་ཆའི་  
 མདོ་ལས་སྟོང་གསུམ་དར་ཡུག་ཆེན་པོའི་དཔེས་གསལ་བར་བསྟན་པ་བཞིན་ནོ། །  
 དེ་ཉིད་རང་གནས་སུ་ཡོད་ཀྱང་རྒྱལ་རིགས་གྱི་བྱ་རྒྱལ་སར་དབང་བསྐྱར་བ་བཞིན་རྩོ་  
 རྩེ་ཐེག་པའི་སྤྱབས་འདིར་སྒྲིན་གྲོལ་གྱི་གསང་ལམ་ཟབ་མོའི་བརྩ་ཐབས་རྟོན་འབྲེལ་  
 གྱིས་གསལ་བར་བྱེད་པ་སྟེ། གྲུང་པོ་ཆེ་རྒྱར་འཇུག་གི་རྟུན་ཕྱི་མ་ལས། འགྲོ་བའི་  
 སེམས་ཉིད་རང་རིག་འོད་གསལ་དོན། །སངས་རྒྱས་མ་བཅོས་ལྟན་གྲུབ་གནས་པའི་  
 རྒྱ། །དོན་གསལ་སྒྲིན་ཅིང་གྲོལ་བའི་ལམ་ཞུགས་ནས། །འབྲས་བུ་རང་རྟུན་གསལ་  
 བར་མཐོང་བ་ཡིན། །ཞེས་དང་། དེ་ལ་དང་བོར་དབང་གི་བདག་པོའི་རྟེན་རྩོ་རྩེ་



སློབ་དཔོན་ཁོ་ན་ལས་གཞན་དུ་མ་ཡིན་པས་དཔོན་སློབ་གྱི་འབྲེལ་པ་བརྟགས་པ་གལ་  
 ཆེ་སྟེ། ཡོ་རྒྱན་ཆེན་པོས། སྤྲུལ་མ་བརྟགས་གཡང་མཆོང་འདྲ། །སློབ་མ་མ་  
 བརྟགས་དུག་འབྱུངས་འདྲ། །ཞེས་པས་དེན་འབྲེལ་གྱི་ཅ་བ་འདི་ནས་མ་འབྲུགས་  
 པར་དགོས་པའི་ཕྱིར་དེའི་རང་བཞིན་བརྟག་པ་ལ། སློབ་དཔོན་གྱི་མཆོན་ཉིད་ནི།  
 རང་གར་གྱི་རྒྱུད་ལས། རྩོམ་ཉིད་དོན་ལྡན་སློབ་དཔོན་ནི། །རང་རྒྱུད་བཟང་ཞེས་སློབ་  
 ལ་མཁས། །དབང་ཐོབ་གསང་སྤྲུགས་དོན་ལ་སྦྱོར། །ཕྱི་ནང་བྱ་བ་ཐམས་ཅད་ཤེས། །  
 ཡིད་མ་ལྟ་དང་འདྲ་འབྲེལ་མེད། །ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་ཡེངས་པ་མེད། །རྫོགས་ཆེན་  
 མན་ངག་དོན་ལྡན་པའི། །གསང་སྤྲུགས་གསང་བའི་རྒྱུད་ལ་མཁས། །ཕྱི་ནང་སྒྲུབ་  
 པ་ཐམས་ཅད་བྱེད། །ལྟ་བའི་དོན་ལས་མི་འདའ་ཞིང་། །ཕྱི་ནང་གསང་བའི་བྱ་བ་  
 བཏང་། །ཡོན་ཏན་ནོར་བུ་རིན་ཆེན་ལྟར། །ཟད་མེད་གཏོར་ལ་སྦྱོད་པའོ། །ཞེས་  
 གསུངས་པ་ལྟར་ལས་འདིར་མཆོན་ཉིད་དུག་ལྟན་ཞེས་པ་ལོལ་བའི་ཆོས་རྒྱལ་ཏུ་དོར་  
 བ། །འདོད་པ་རྒྱུད་ཞིང་ཆོག་ཤེས་པ། །ལག་ལེན་མཁས་ཤིང་ཉམས་སྦྱང་ཡོད་པ། །རྒྱུད་  
 གྱི་ཆོག་དོན་ལ་མཁས་ཤིང་སྒྲུབ་པ་ལ་བརྩོན་པ། །ལྟ་བའི་དོན་ལ་མཁས་ཤིང་རུས་  
 པ་རྫོགས་པ། །སྤྲིང་རྩེ་ཆེ་ཞིང་གཏོང་ལ་དགའ་བ་སྟེ། །ཡོན་ཏན་དེ་དག་རྫོགས་པ་  
 ཞིག་དགོས་པར་གསུངས་ལ། །གལ་ཏེ་གཞན་དུ་འདི་ནི་སྤྲུལ་གཞི་སྤྲུལ་སྤྲུལ་ཆོགས་  
 པའོ། །འདི་ནི་གོ་ས་སྤྲན་མེད་པའོ། །འདི་ནི་འཛིག་དེན་མཐུན་འཇུག་གི་བཀུར་  
 བའི་ཡུལ་དམ་པའོ། །ཞེས་པ་ལ་སོགས་པའི་གསོལ་ཏུ་ཞུགས་པ་ཙམ་གྱིས་ནི་མ་ཡིན་  
 ཏེ། །རྒྱུད་དེ་ཉིད་ལས། མི་ཤེས་ང་རྒྱལ་ཆེན་པོ་དང་། །སྤྲན་མོངས་ཆོག་ཕྱིར་འབྲེང་  
 བ་དང་། །གསང་སྤྲུགས་དོན་ལ་མི་དགོངས་དང་། །གཞན་གྱི་ཞེ་གཙོད་ཞིངས་ཆོག་  
 དང་། །ལོག་པའི་ལམ་དུ་ཞུགས་པ་དང་། །དབང་གི་དཀྱིལ་ལོལ་ཞལ་མ་མཐོང་། །  
 དམ་ཆོག་ཕུལ་བར་གྱུར་པ་དང་། །དྲིས་པ་དག་ལ་ལེན་མི་ཐེབས། །ཐོས་རྒྱུ་ང་རྒྱལ་

ཆེ་བ་སྟེ། །སློབ་དཔོན་མ་བཟླས་སློབ་མའི་བདུད། །ཅེས་གསུངས་པའི་ཕྱིར་བདུད་  
 ལྟ་བུ་དང་མ་འབྲུད་པར་བྱའོ། །དེ་བཞིན་དུ་སློབ་མའི་མཚན་ཉིད་ཀྱང་། རང་གི་  
 ལས། དད་པའི་སློབས་དང་བརྩོན་འགྲུས་ཆེ། །ཤེས་རབ་ཆེ་ཞིང་འཛིན་ཆགས་མེད། །  
 ཕུ་དུད་ཆེ་ཞིང་གསང་སྤྲུགས་སྤྱོད། །རྟོག་མེད་སེམས་ལ་གཡེང་བ་མེད། །དམ་ཚིག་  
 ལྡན་ཞིང་སྐྱབ་ལ་བརྩོན། །བྲེང་ངེ་དུང་ངེ་བརྩེ་དུང་ལྡན། །ལྟང་ངེ་ལྟན་ནེ་སྒྲིམ་ལ་  
 སྤྱོད། །སློབ་དཔོན་གསུང་བ་ཇི་བཞིན་སྤྱོད། །ཅེས་པ་ལ་སོགས་པས་མཚན་ཉི་  
 མའོར་ན་གསང་སྤྲུགས་སྤྱོན་པའི་སློབ་མ་དེ་པཎ་ཆེན་རྒྱ་རོ་དང་། མི་ལ་བཞད་པ་རྩོ་  
 རྩོའི་དཔེ་བླར་འོས་པ་ཉིད་དོ། །དེ་ལྟ་བུའི་དཔོན་སློབ་ཀྱི་རྟོན་འབྲེལ་བཟླས་པ་སྤྱོན་  
 དུ་སྤངས་ནས་དབང་དང་གདམས་པའང་བཅན་ཐབས་སུ་མི་ཁྱེད་པར་ལོ་བླ་མང་པོའི་སྤྱ་  
 རོལ་ནས་སྤྱོན་གསན་དབབ་ཅིང་། དུས་ལ་བབས་ན་གནས་ཡོ་ལ་སོགས་པའི་རྟོན་  
 ཅིང་འབྲེལ་འབྱུང་ཐམས་ཅད་ཚུལ་བཞིན་དུ་ཚོགས་པར་བྱས་ལ་བབ་མའི་དབང་མོད་  
 ཅིང་། དེའི་ཆེ་བླ་མ་ལ་ཕྱོགས་བརྩུའི་སངས་རྒྱས་ཐམས་ཅད་ཀྱི་བྱིན་རྒྱལས་གཅིག་  
 ཏུ་འདུས་ཉིད་དབང་བསྐྱར་བའི་བྱ་བ་མཛད་པས་དུས་གཞན་དུ་བས་སྒྲིམ་ལ་སོགས་པ་  
 བྱེ་བའི་བསྟོན་བསྐྱར་ལས་འདིར་སྤྱ་རེ་ཕུལ་བ་ཚོགས་ཆེ་བར་བཤད་ཅིང་། དེ་བཞིན་  
 དུ་དབང་རྟོན་ཁྱད་པར་ཅན་ལ་བྱིན་ནའང་དཔའ་བོ་དང་དཔའ་མོ་ཐམས་ཅད་དེ་ལ་  
 རྟོན་བཅས་ཉི་ཕུགས་རྗེ་དང་དམ་ཚིག་གིས་འཁོད་པ་ཡིན་པས་གཞན་ལས་འབྲུམ་  
 འགྱུར་གྱིས་འཕེལ་ཆེ་བ་སྟེ། ཚུལ་དེ་དག་ནི་ཅ་བའི་བླ་མ་སངས་རྒྱས་ཀྱན་འདུས་ཀྱི་  
 རོ་བོ་ཡིན་ཞིང་། རང་ངོས་ལ་སྤྱད་ངོས་ཀྱི་རྗེས་སུ་བབྱུང་བའི་ཕུགས་རྗེའི་ཆ་ནས་  
 ལྟག་པའི་གོ་དོན་ཀྱང་ལྟོངས་པ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་རྒྱ་རྟོན་ཕུན་སུམ་ཚོགས་པས་གོ་  
 བྱེ་ནས་དངོས་གཞི་དབང་གི་རོ་བོ་ནི། སྤྱ་ཐལ་འགྱུར་གྱི་རྒྱུད་ལས། སྤྱོས་བཅས་  
 ཉིད་དང་སྤྱོས་མེད་དང་། ཤིན་ཏུ་སྤྱོས་པ་མེད་པ་དང་། དེ་བཞིན་རབ་ཏུ་སྤྱོས་པ་



མེད། །དབྱེ་བ་བཞི་ཡི་ཚུལ་གྱིས་ནི། །དད་ལྷན་རང་རྒྱུད་སྒྲིན་པར་བྱེད། །ཅིས་  
གསུངས་པའི་དབང་བཞིའི་ཁོངས་སུ་དོན་དབང་ཡོངས་སུ་ཚོགས་པ་འདྲུ་ལ། གཞན་  
དུ་ན་གསར་རྟོག་གི་རྒྱུད་སྒྲེ་དང་མན་ངག་སོ་སོའི་དགོངས་པས་དབྱེ་བ་སྒྲུའི་བྱུང་པར་  
གྱི་རིམ་པ་ནི་བསམ་གྱིས་མི་བྲལ་བ་ཡོད་དོ། །དེའི་ཕྱིར་རྒྱས་པ་འཇུག་པའི་དབང་བཞི་  
པོའི་སྒྲོང་གཞི་སྒྲོང་བྱེད་སྒྲུངས་འབྲས་དང་དག་པ་སྒྱུར་བའི་ཚུལ་ནི། ཕྱི་ལྟར་དུ་དུས་  
བཞི། ནང་ལྟར་དུ་ལུས་ངག་ཡིད་དེ་ཚོགས་པ་བཞི། གསང་བ་ལྟར་དུ་གཏི་མུག་  
དང་། ཞེ་སྤང་དང་འདོད་ཆགས་དང་། ཆ་མཉམ་པ་བཞི་སྒྲུང་གཞི་ཡིན་ལ། སྒྲོང་  
བྱེད་ནི། ལུས་པ་དང་། གསང་བ་དང་། ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་དང་། ཚིག་དབང་རིན་  
པོ་ཆེ་སྟེ་བཞིས་སྒྲུངས་པས། །

དང་པོ་ལུས་དབང་གིས་ལུས་འབྲུལ་རྟོག་རྩ་ཡིས་བཅིངས་པའི་དྲི་མ་སྒྲུངས་ཏེ་  
ཚོགས་ལམ་བརྩུ་གཉིས་ཚོགས་པའི་རྟོན་དང་སྒྲུའི་རྒྱས་པ་འཇུག་ཅིང་བྱུང་པར་རྣམ་  
སྒྲིན་གྱི་རིག་འཛིན་ཐོབ་པའི་རྟོན་བྱེད་ལ། དེའི་དམ་ཚིག་ནི། མཉམ་གཞག་ཏུ་བབ་  
གསལ་གཉིས་སུ་མེད་པའི་བསྐྱེད་རིམ་སྒྲོམ་ལ། རྗེས་ཐོབ་ཏུ་སྒྲུལ་པ་སྒྲུ་མ་ལྟ་བུའི་  
སྒྲུང་ཞེན་ལྟ་ཡི་ཕུག་རྒྱ་ལས་མི་འདའོ། །བཟའ་བའི་དམ་ཚིག་ནི། གཙང་དམའི་གཉིས་  
རྟོག་བསལ་ནས་ག་ལྟ་བུ་དུད་ཅི་ངར་བསམས་ནས་ཡོངས་སྒྲོད་དོ། །བཙང་བའི་དམ་  
ཚིག་ཏུ་དོར་དྲིལ་མཚན་ཉིད་དང་ལྷན་པ་རང་བཞིན་ཤེས་པའི་ངང་ནས་འཆང་ངོ། །  
བསྒྲུང་བའི་དམ་ཚིག་ནི་སྒྲུང་གྲགས་རིག་གསུམ་དཀྱིལ་ལོའི་གསུམ་གྱི་རྣམ་རིལ་དུ་  
རྩལ་སྒྲུང་ངོ། །

གཉིས་པ་གསང་དབང་གིས་ངག་འབྲུལ་རྟོག་རྒྱུད་གིས་བཅིངས་པའི་དྲི་མ་སྒྲུངས་  
ཏེ་སྒྱུར་ལམ་ངེས་འབྱེད་ཆ་བཞི་ཚོགས་པའི་རྟོན་དང་གསུང་གི་རྒྱས་པ་འཇུག་ཅིང་བྱུང་  
པར་ཆོད་དབང་རིག་འཛིན་ཐོབ་པའི་རྟོན་བྱེད་ལ། དེའི་དམ་ཚིག་ནི་མཉམ་གཞག་ཏུ་

ཆགས་བྲལ་གཏུམ་མོ་ཙཱ་ལི་དང་བཟླས་པ་སྤྲུགས་ཀྱི་རྩལ་འབྱོར་ལ་འཇུག་གོ། །  
 རྗེས་ཐོབ་ཏུ་ཤེས་རབ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་མེད་པོ་ཡིས་བྱང་གི་དྲོད་ལ་སེམས་འཛིན་ནོ། །བཟའ་  
 བཏུང་གི་དམ་ཚིག་ནི་བྱང་སེམས་དཀར་དམར་གྱི་རང་བཞིན་ཏུ་ཡོངས་སྤྱོད་དོ། །བཅང་  
 བའི་དམ་ཚིག་བགྲང་ཐེང་དང་རྟན་རྟ་མཚན་ལྡན་ནོ། །བསྐྱུང་བའི་དམ་ཚིག་དོན་  
 དམ་བྱང་ཆུབ་ཀྱི་སེམས་མཚོག་མི་ཉམས་པར་སྐྱུང་དོ། །

གསུམ་པ་ཤེར་དབང་གིས་རགས་པ་ཚོགས་བདུན་དང་ཕྱ་བ་འབྲུལ་རྟོག་ཡིད་  
 ཀྱིས་བཅིངས་པའི་དྲི་མ་སྐྱུངས་ཏེ་མཐོང་ལམ་ཚོགས་པའི་རྟེན་དང་ཐུགས་ཀྱི་རུས་པ་  
 འཇུག་ཅིང་། བྱང་པར་ཐུག་ཀྱང་ཆེན་པོའི་རིག་འཛིན་ཐོབ་པའི་རྟེན་བྱེད་ལ། དེའི་  
 དམ་ཚིག་ནི་མཉམ་གཞག་ཏུ་ཅ་འབྱོངས་རྒྱུ་ཆུན་ཐིག་ལེ་དག་སྟེ་སྟོན་ཅུ་ལ་གྱི་རུས་  
 པ་ལ་དབང་བསྐྱུར་རུས་ནས་སྒྲ་མའི་གནང་བ་ཐོབ་པའི་ཆོ། དངོས་སམ། ཡིད་རིག་  
 ལ་འདྲུ་ཤེས་གསུམ་ལྡན་གྱི་སྟོན་སྟོམ་པར་འཇུག་གོ། རྗེས་ཐོབ་ཏུ་བདེ་སྤྱག་བཟང་  
 ངན་གྱི་སྐྱུང་ཆ་ཐམས་ཅད་བདེ་སྟོང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ལོ་ལོ་ལོ་ལོ་རྩལ་སྐྱུང་དོ། །བཟའ་  
 བའི་དམ་ཚིག་ཏུ་སྟོམ་འཇུག་དགའ་བཞིའི་རྩམ་རྩལ་ཆེན་པོར་ལ་བཟློའོ། །བཅང་བའི་  
 དམ་ཚིག་ནི་ཀྱུན་བྱང་ཆུབ་སེམས་རིན་པོ་ཆེ་སྟོན་ལས་གཅེས་པར་བཟུང་དོ། །བསྐྱུང་  
 བའི་དམ་ཚིག་ནི་ཤེས་རབ་མི་མོའི་རིགས་ལ་ལོག་ལྷ་སྐྱོད་ཅིག་མ་ཙམ་ཡང་སྐྱུང་དོ། །

བཞི་པ་ཚིག་དབང་རིན་པོ་ཆེས་ཀྱན་གཞི་ཤེས་བྱའི་དྲི་མ་སྐྱུངས་ཏེ་སྟོམ་ལམ་ས་  
 དགུ་ཚོགས་པའི་རྟེན་དང་རང་བྱུང་འོད་གསལ་གྱི་རུས་པ་འཇུག་ཅིང་བྱང་པར་ལྟན་  
 གྲུབ་རིག་འཛིན་ཐོབ་པའི་རྟེན་བྱེད་ལ། དེའི་དམ་ཚིག་ནི་མཉམ་གཞག་ཏུ་སྟོན་འདས་  
 བྲེགས་ཆོད་ཀྱི་དོན་ལ་ཡང་དག་གི་དགོངས་པས་བལྟ་ཞིང་། རྗེས་ཐོབ་ཏུ་དབྱིངས་  
 རིག་དབྱེར་མེད་དོ་རྗེ་ལྷ་གྲུ་རྒྱུད་ཀྱི་གནད་ལ་གཟེར་ཞིང་བཞུགས་སྐྱུངས་གསུམ་དང་  
 མ་བྲལ་བར་བྱའོ། །བཟའ་བའི་དམ་ཚིག་ནི་སྟོང་ཉིད་གསལ་བྱུང་ཆེན་པོའི་དགོངས་



བར་ལ་བསྐྱོས་པས་ཆོས་ཉིད་ལ་ཆོས་ཉིད་ཕྱེ་བྱག་དབྱེན་རིག་པ་རྩ་ལ་དབང་གི་ལམ་  
 བྱེད་ཡིན། གྱིས་རོལ་ལོ། །བཅད་པའི་དམ་ཆོག་ནི་དོ་རྗེ་སེམས་དཔའི་སེ་ལོང་  
 མཆན་ཉིད་ལུན་པའོ། །བསྐྱུང་བའི་དམ་ཆོག་ལ་མེད་པ་གཅིག་ཏུ་ཕྱུལ་བ་ལུན་གྱུ་བ་  
 ལ་སོགས་ཏེ་མཐར་བསྐྱུང་མཆོམས་དང་བྲལ་བར་བལྟོ། །དེ་ལྟར་ལམ་བཞིས་  
 བཞོད་པས་སྐྱུངས་འབྲས་ནི་སྟོབ་བྱ་མཐར་ཐུག་ནས་མི་སྟོབ་པའི་ས་སྟེ་དབྱེན། བུམ་  
 དབང་གིས་སྟོབས་བརྩུ་མི་འཛིགས་རྣམ་བཞིའི་རྣམ་པ་མངའ་བ་མཆོག་གི་སྒྲུལ་སྒྲུ་ཤུག་  
 ཐུབ་པ་ལྟ་བུ། གསང་དབང་གིས་ངེས་པ་ལྟ་དང་ཁ་སྐྱོར་ཡན་ལག་བདུན་ལུན་གྱི་  
 ལོངས་སྟོང་ཆོགས་སྒྲུ་རིགས་ལྟའི་ཞིང་གི་སྟོན་པ་ལྟ་བུ། ཤེར་དབང་གིས་དབང་  
 གིས་དབྱིངས་དང་ཡེ་ཤེས་གཉིས་སུ་མེད་པའི་རང་བཞིན་དྲི་མ་མཐའ་དག་དང་བྲལ་  
 བའི་རྟོགས་པ་མཐར་ཕྱིན་པ་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའི་ཆོས་སྒྲུ། ཆོག་དབང་གིས་རྟོགས་  
 པ་ཆེན་པོའི་ནང་གསལ་གཞིན་ལུ་བུམ་སྒྲུ་དང་རྣམ་དབྱེར་མི་ཕྱེད་པ་ངོ་བོ་ཉིད་སྒྲུ་སྟེ།  
 དེའི་རང་བཞིན་ནི། ཐུན་མོང་ཐེག་པ་ལྟར་ན། མངོན་རྟོག་རྒྱན་ལས། ཐུབ་པའི་ངོ་  
 བོ་ཉིད་སྒྲུ་ནི། །ཟག་པ་མེད་པའི་ཆོས་གང་དག །ཐོབ་གྱུར་རྣམ་ཀྱན་རྣམ་དག་པ། །  
 དེ་དག་རང་བཞིན་མཆན་ཉིད་ཅན། །ཞེས་དང་། དེང་སང་ཆོས་སྒྲུ་དང་ངོ་བོ་ཉིད་  
 སྒྲུའི་རྣམ་དབྱེ་ཕྱེད་པ་ཉིང་སྟེ་ཁྱུང་པར་ནི། དབྱིངས་དག་མཉམ་སྟོང་པ་སྒྲུ་རྣམས་  
 ཆོས་ཉིད་ཕྱེད་པའི་ཆ་ནས་ངོ་བོ་ཉིད་ཀྱི་སྒྲུ་དང་། ཡེ་ཤེས་སྐྱུངས་རྟོགས་མཐར་ཕྱིན་  
 པ་རིག་པའི་ངོ་བོ་སྟེ་མཆན་ཉིད་ནི་ཤུ་རྩ་གཅིག་ནི་རྟོགས་པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཆོས་ཀྱི་སྒྲུར་  
 འགྱུར་ཏེ། ཀྱན་མཁྱེན་གྱིས། སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཡིན་པ་གང་ཞིག་དབྱིངས་  
 རིག་མཐར་ཐུག་མངོན་དུ་གྱུར་པའི་ཕྱིར་རོ། །ཞེས་དབྱེ་བ་ཕྱེ་བ་ཡིན་ནོ། །དེ་ལྟར་  
 སྟོན་ཕྱེད་དབང་གིས་མཆོམས་དང་དག་སྦྱོར་འདི་ཙམ་དབང་བཞི་ཁོ་ནའི་སྦྱི་དོན་རྩ་  
 བར་བཞག་ནས་མདོ་ཙམ་སྟོང་པོར་དྲིལ་ཏེ་བརྗོད་གྱིས། དེ་ལས་དག་བྱུང་ག་ཕྱེད་ཀྱི་

འགྱུར་གྱི་རྣམ་པར་བྱེན་སྤངས་དབང་བསྐྱར་ཐབས་ཀྱི་ཐེག་པའི་དབང་གིས་རྣམ་པར་དབྱེ་  
 བ་བསམ་གྱིས་མི་ཁྱབ་པ་དང་ཚུལ་མཚུངས་པར་ས་བཅུ་དྲུག་ཏུ་སྒྲུབ་ཏེ་ཏུ་འབྲུལ་བརྒྱ  
 ཐམ་པ་དང་རིག་འཛིན་བཞིའི་ས་མཚམས་སྤྱར་བ་ཐུན་མོང་གི་ཡོན་ཏན་དུ་བཤད་ནས།  
 མཐར་ཐུག་འབྲས་བུ་མགོན་པོ་རྣམས་ཀྱི་འཆང་གི་སྒྲུག་སྤངས་ཐུགས་མི་ཟད་པ་རྒྱན་གྱི་ལའོར་  
 ལོའི་ཡོན་ཏན་རྣམས་པ་ལས་བྱུང་བ་སའི་ཡོན་ཏན་གཉིས་སྟོང་སུམ་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ་ཐམ་  
 པ། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དབྱེ་བ་དྲུག་བརྒྱ་དྲུག་ཅུ། ཆོས་ཀྱི་རྣམ་གྲངས་སུམ་སྟོང་བརྒྱ་དང་ཉི་  
 སྟེང་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་དབྱེ་དང་དབྱེ་བསྐྱེན་གྱི་ཐེག་པའི་མཚན་རིན་པོ་ཆའི་མཛོད་ཀྱི་  
 རིམ་ཁང་དྲུག་པ་ལ་དབྱེད་པར་བྱ་ཞིང་། འདི་ཙམ་ཞིག་གིས་རྣམས་ཀྱི་ཐེག་པའི་བསྐྱེན་  
 པ་ཐོ་ཙུང་སྒྲུབ་ཙམ་གྱི་རྒྱུ་རྒྱུ་རྒྱུ་ལ་དུ་གཟུངས་པའི་སྒྲུབ་སྤྱོད་འདིའི་གཉི་ལྷག་ཅན་  
 དག་གཉིད་ལས་སྟོང་བའི་རྒྱུ་ཙམ་དུ་གྱུར་ན་ཅི་མ་རུང་སྒྲུབ་ནས་སྒྲོས་པའོ། །འོ་ན་  
 དེ་ལྟར་དབང་བསྐྱར་བ་ཙམ་གྱིས་ས་ལམ་གྱི་ཡོན་ཏན་དེ་དག་མཛོད་དུ་འགྱུར་རམ་ཞེ་  
 ན་དེ་ནི་མ་ལགས་ཏེ། འགྲོ་བའི་ཁམས་ལ་རྣམས་ཀྱི་ཐེག་པའི་ཐེག་པའི་དབང་བཞིའི་  
 རྣམ་པས་སྤངས་པར་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དུ་སྟེ། དེ་ཡང་དབང་རྣམས་མཚན་གི་གདུལ་བྱ་དག་ལ་  
 རབ་རྣམས་དང་། རང་བྱུང་པ་དྲུག་ཅུ་ཏེ་ལ་སོགས་པ་ནི་དཀྱིལ་ལའོར་གྱི་བདག་པོ་  
 ཉིད་ཐུན་མོང་གདུལ་བྱའི་སྤངས་པོར་ལམ་ལ་འཇུག་པའི་ཚུལ་བསྐྱེན་པ་ཙམ་ཡིན་ཕྱིར་  
 རང་བྱུང་ཐོས་གྲོལ་དུ་གྱུར་གྱིང་། གང་ཟག་རིམ་གྱིས་པ་ལ་ནི་དེ་ལྟའི་རིག་པ་མི་  
 འགྲོ་སྟེ། དེའི་ཕྱིར་སྒྲུབ་སྤྱོད་འདིར་ཡང་གྲོལ་བ་དོན་དུ་གཉིས་བཞིག་ཡིན་ཕྱིར་ཆད།  
 དབང་རྣམས་པའི་ལམ་སྟོན་གྱི་སྒྲུབ་པ་དེ་ཡང་གཙོ་བོར་རང་རིག་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དགོངས་པ་  
 ཆད་དུ་ཕྱིན་པའི་གྲུབ་ཐོབ་ཞིག་དང་། གདུལ་བྱ་སྟོབ་མའི་རང་བཞིན་ཡང་བསྐྱུལ་  
 པ་མང་པོ་ནས་ཆོགས་བསགས་པའི་བསྟོད་ནམས་ཀྱི་རྒྱུ་འབྱུང་བའི་གང་ཟག་མོས་  
 གུས་ཅན་ཞིག་འཛོམས་པ་ཁོ་ན་ཁག་ཆེ་ལ། དེ་ལྟ་བུའི་སྒྲུབ་སྤྱོད་ཀྱི་ཏེན་འབྲེལ་འཛོམས་



ན་སྤྱ་མས་དགོངས་པ་གཏད་པ་ཙམ་གྱིས་གྲོལ་བ་ཡང་བྲིད་དེ། དགའ་རབ་དོ་རྗེས་  
 འཇམ་དབལ་བཤེས་གཉིན་ལ་བརྟུ་བསྟན་པ་ཙམ་གྱིས་སྡེ་གསུམ་གྲོང་དགའི་མན་  
 རག་ཐུགས་ལ་ཁུད་དེ་རྟོགས་གྲོལ་དུས་མཉམ་དུ་གྱུར་པ་དང་། ཉེ་ལོས་ན་རོའི་དབུ་  
 ལ་མཆིལ་ལྷུ་མ་བརྟུ་བས་གྲོལ་བ་ཐོབ་པའི་ལོ་རྒྱུས་ལྟ་བུ་སྟེ། དེ་ལྷ་མ་ཡིན་ཡང་  
 རྒྱུ་མོས་གུས་གྱིས་བྱས་ཉེ་རིམ་གྱིས་གྲོལ་བ་ཐོབ་ནས་ཆོ་གཅིག་ལ་སོགས་པར་སངས་  
 རྒྱ་བར་རུས་ལ། གལ་ཉེ་དེ་ལྟ་བུའི་སྤྱ་སྤྱོད་ཀྱི་རྟེན་འབྲེལ་འཛོམ་པ་ཞིག་མ་བྱུང་ན་  
 མི་ག་གོ་མོ་དང་། དུད་འགོ་ཆེ་གོ་མོའི་སྒྲི་སྒྲུལ་གྱི་སྤྱོད་སྒྲུལ་སོགས་པའི་རིག་འཛིན་  
 གྱི་ཞལ་ཆབ། བསྟན་པའི་སྤྱོད་ཤིང་ལ་སོགས་པའི་མཆོན་སྟན་པོའམ། སྡེ་སྤྱོད་དང་  
 རྒྱུད་སྡེའི་གསལ་རྒྱ་དཔག་དུ་མེད་པ་ལ་སོགས་པའི་སྒྲུ་བསྟོད་ཅན་ལ་བཅར་དེ། དཀྱིལ་  
 ལ་ཐོར་ཐུར་བའི་རྒྱ་བྱོན་ལ་འགྲན་བཅོམ་པ་ཙམ་བཞེངས། ལྷ་ལིང་རི་རབ་ལྟར་  
 སྤྱུངས། རིན་ཐང་ཅན་གྱི་དབང་རྩལ་དང་བཅས་ཉེ་བུམ་པས་མོག་མོག་མཛད་པ་  
 དང་། མདུད་ཅིས་སྒྲུབ་ཁང་ཁངས་པ་ཙམ་བྱིན་ཡང་ཡེ་ཤེས་འཕོ་བྱ་འཕོ་བྱེད་གྱིས་  
 གདོད་ནས་སྤྱོདས་པའི་ཕྱིར་སྤྱོད་མའི་ཤེས་རྒྱུད་ལ་རུས་པ་འཛོག་རྒྱ་མེད་པས་ཉིན་  
 མོངས་པ་ཁ་བྱི་བ་ཙམ་ཡང་མི་བྲིད་ལ། འོན་ཀྱང་ཐོབ་ཐོབ་དང་ཞུས་ཞུས་ཀྱི་ཡི་གེ་  
 བསགས་པ་ལ་ནི་ཕན་ལོས་ཐོགས། ཀྱི་མ་བསྟན་པའི་ནི་མ་རྒྱ་ལྟའི་མགོན་དུ་སྤྱོདས་  
 པ་དེས། འགོ་མགོགས་ཤུགས་འཆང་རྒྱུད་ཐུན་བཞོན་པའི་བྲི་ཡི་སྟེང་། ལྷ་ཆོགས་  
 ལ་སྤྱི་གཟི་བརྗེད་ཆེན་པོས་ཉེར་བསྐྱབས་ཤིང་། བྲིད་པའི་ཐུན་ཆོགས་ཐུག་པའི་  
 རྒྱན་དུ་ཡོངས་བབུང་ནས། ཤུགས་འགོའི་ཁལ་གྱིས་མདུན་ནས་བསུ་བའི་སྤྱོདས་  
 ལྷན་འགས། བྲིད་པའི་སྤྱོད་མས་ཡོངས་སུ་བཏང་ལ་གསང་རྒྱུད་ཆེའི། ཟག་མེད་  
 སྤྱོད་ལྟ་བུའི་མལ་དུ་མན་ལ་རྒྱུས་ཀྱིས། སྤྱིན་གྲོལ་ལམ་དེར་གོ་མ་པ་འདེགས་  
 ལ་གཞར་བྱེད། ཤེས་བྱ་སྤྱོད་མེད་དངོས་པོར་མི་སྤྱང་བས། ཀྱི་ནི་རྒྱུད་ཆོད་དཔག་

བར་རྒྱས་མིན་ཡང་། །ཁྱོད་འདྲས་གཞན་དོན་བྱ་བ་མི་རིགས་ཞེས། །ལུང་རྟོགས་ཡོན་  
 ཏན་དབུ་མར་གཟིམས་སུ་བཅུག། །དེ་ལྟར་ཡང་ཆོས་ཉིད་བདེན་པ་དང་། །ཆོག་ས་  
 ཞིང་དུས་བབ་རྟོན་འབྲེལ་ཉི་མའི་འོད། །སྤྱུང་གུང་དགག་པའི་ཡུལ་དུ་མ་གྱུར་པས། །  
 སྤྱུང་པའི་རྒྱལ་འབྱུང་རྒྱུ་མས་ཆོ་ཐུགས་ངལ་བསྐྱུངས། །ཞེས་བར་སྐབས་ཀྱི་གཏམ་  
 དུ་བྱས་ནས་མི་སྤྱན་པའི་ལུང་བསྟན་དུས་ལ་བབས་པར་བག་ཟོན་དུ་གདམས་པ་ནི།  
 ཨོ་རྒྱན་ཆེན་པོས། མ་དུ་ཡོ་ག་ཉམས་པའི་རྟགས། །གསང་སྤྱགས་ཨ་རུ་ཡོ་ག་དང་། །  
 ཨ་རིའི་ལྟ་དང་དཀྱིལ་ལོར་རྒྱུ་མས། །སྤང་མདོར་བཞེངས་པའི་དུས་བྱུང་ནས། །ཨ་  
 རུའི་བསྟན་པ་ཉམས་རྟགས་སུ། །ཅ་རྒྱུང་ཐིག་ལེ་གསང་བའི་ཆོས། །སྤང་མདོར་  
 སྟན་ཅིང་ཐོ་ཅོ་དང་། །ཁྱོད་མེད་རུས་རྒྱན་ཁ་རྟུ་འཆང་། །དོ་མཆར་ཆེ་བར་གྱུས་བྱེད་  
 ཅིང་། །ཁྱོམ་ལ་དབང་བསྐྱར་བྱེད་པ་འབྱུང་། །ཨ་རིའི་བསྟན་པ་ཉམས་རྟགས་སུ། །  
 ཁ་རྟུ་སྟོང་སྐད་ཅད་ཁམ་ཆེ། །དག་མེད་སྤྱི་མེད་ཡིན་ཞེས་གྲིང་། །ཁྱོམས་སྤངས་  
 ཐ་མལ་སྟོད་པ་སྟོང་། །ཆོག་ས་ལོར་ཡིན་ཞེས་སྟོག་ཆགས་གསོད། །སྟོམ་སྤྱབ་དོར་  
 རས་སྤང་མདོར་འབྱུང་། །ཞེས་པ་རྒྱུ་མས་ཇི་བཞིན་པ་མདོན་དུ་གྱུར་ཅིང་། །བྱེད་པར་  
 གསང་སྤྱགས་ཁྱོམ་དབང་དུ་བྱེད་པས་དངོས་གྲུབ་འཛིག་པའི་སྐབས་སུ་བཤད་སྟོལ་  
 འདི་དག་ལ་ལས་སྟོ་ཡོད་པ་མ་ལགས་སྟུ་མ་ནས་སྟོང་ལས་ཆེན་པོར་གྱུར་པ་ལགས།  
 འོ་ན་དབང་ཐོབ་པའི་ཆད་གང་གིས་བྱེད་ཅེས་པ་ནི། །གཏེར་ལུང་ལས། ཆོས་སྤྱུ་ཀུན་  
 ཏུ་བཟང་པོ་ལ། །སྤྱུ་མ་བྱ་བ་ཡོད་མ་ཡིན། །དབང་ཆོས་བཤད་བྱེད་མཁན་པོ་མེད། །  
 རང་སེམས་ཆོས་སྤྱུར་རྟོགས་ཅོན། །དུས་གསུམ་རྒྱལ་བའི་དབང་ལུང་ཐོབ། །བརྒྱུད་  
 པ་འཛིན་པ་རྒྱུ་རྟོག་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་པས་དེ་ཉིད་དབང་ཐོབ་པའི་ཆད་དུ་ཁོ་  
 བོ་འདོད་པ་ལགས་པས་རྒྱས་སྟོས་མི་འཆལ་ལོ། །དེ་ལྟར་སྟོན་བྱེད་ཀྱི་དབང་ཟབ་  
 མོས་རྒྱུད་སྤངས་ཏེ་གྲོལ་ལམ་དངོས་ཀྱི་སྐབས་དོན་ལ། །ཡར་ཕྱིན་གྱི་ཆོག་ས་ལམ་



དང་འགྱུར་ཅི་བའི་སྟོན་འགྲོ་བྱིན་དང་གསང་གསུམ་ནས་བརྩམས་ཏེ། ལས་དང་པོ་  
 བའི་ལའི་ཚུལ་ནི་བྲིད་ཡིག་དང་། སྤྱི་མའི་མན་ངག་གིས་འཆད་པ་ཡིན་ཕྱིར་འདིར་  
 བཙུང་བའི་སྐབས་མ་ཡིན་ལ། དེ་ལས་ཉམས་སྒྲིལ་དང་ས་ལམ་སྟོ་སྒྱུར་བའི་ཚུལ་  
 ནི། རང་ལུགས་ཚོགས་པ་ཆེན་པོའི་རྒྱུད་སྡེ་ནམ་མཁའི་སྐར་ཆོགས་ལྟ་བུ་ནས་སེམས་  
 གྲོལ་མན་ངག་སྡེ་སྟོན་པའི་དཔལ་ཟབ་བྱུང་བཤད་པ་ཙམ་ལས་སྒྲིང་ཐིག་པས་གནས་  
 ལུགས་ཡེ་གྲོལ་དུ་འཆད་ཅིང་རྒྱ་འབྲས་ལས་འདས་པར་སྟོན་པ་སྟེ། དེ་ཡང་རྒྱུད་  
 གྲོལ་གསལ་ལས། བདེན་པ་མཐོང་བའི་གང་ཟག་གིས། །དང་པོའི་ས་ནས་བཙུང་བའི་  
 བར། །རིམ་པས་ཉམས་སུ་སྒྲུབ་པས་འབྱུང་། །གཞན་དང་སྒྲོ་བསྐྱེད་གནས་སྐབས་  
 གྱི། །ཡོན་ཏན་འབྲས་བུ་ཐོབ་ཚུལ་ལ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ཡར་ཕྱིན་དང་སྒྲོ་  
 བསྐྱེད་ནས་ས་ལམ་རིམ་གྱིས་འགྱུར་བ་ཅི་ཚུལ་ནི་རིག་པ་རང་ཤར་གྱི་རྒྱུད་དོན་ཇི་ལྟ་  
 བཞུ་བོས་མཁྱེན་བརྟེན་མེ་ལོང་གི་གཞི་ལམ་འབྲས་བུའི་སྐབས་སུ་བཤད་པ་ལྟར་ཡིན་  
 ལ། དེ་ལས་གཞན་པའི་ས་ལམ་རིམ་གྱིས་སུ་ཡར་ཕྱིན་ལྟར་ཅི་བའི་སྟོན་མེད་དེ་ཀུན་  
 བྱེད་ལས། ལྟ་བུ་སྒྲོམ་མེད་དམ་ཆོག་བསྐྱུང་དུ་མེད། །ས་ལ་སྐྱུང་མེད་ལམ་ལ་བགྲོད་  
 དུ་མེད། །ཕྱིན་ལས་རྩལ་མེད་དབང་ལ་བསྐྱར་དུ་མེད། །སྒྲོ་གསུམ་རྩལ་མེད་དཀྱིལ་  
 འཁོར་བསྐྱེད་དུ་མེད། །རྒྱ་འབྲས་གཉིས་མེད་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུའོ། །ཞེས་གསུངས་  
 ལ། འདིར་སྒྲོ་རྒྱུད་བ་དག་ཁམས་གྱི་དྲི་མ་སྒྲུང་དོར་གྱིས་སྐྱུང་དུ་མེད་པར་ཡེ་བཞག་  
 ཞོན་ཡིན་ན་ཐ་མལ་པ་དང་བྱུང་པར་མེད་དམ་སྟུམ་ན་མ་ཡིན་ཏེ། རང་བཞིན་ཚོགས་  
 པ་ཆེན་པོའི་ཡེ་ཤེས་ནི་སངས་རྒྱས་ཀྱི་ཆེ་བའི་ཡོན་ཏན་ལྟར་གྲུབ་དུ་ཡོད་ཅིང་། རྒྱ་  
 གསུམ་རང་ཆས་སུ་ཆང་བའི་ཕྱིར་རྟ་བབས་ནས་མགྱིན་བཟང་ཞོན་པ་ལྟར་ཡིན་བཞིན་  
 པ་སྐྱུངས་ནས་མ་ཡིན་པ་ལོགས་ནས་བཅའ་མི་དགོས་ཏེ། མ་བཅོས་རང་བྱུང་གི་  
 གནས་ལུགས་ཇི་བཞིན་པའི་ངང་ལས་མ་གཡོས་པས་འགྲུབ་པར་བསྟན་ཏེ། རྒྱུད་

དེ་ཉིད་ལས། ལྷ་རབས་འདས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས། །རང་སེམས་མ་བཅོས་ལྷ་  
 མཐོང་རྟོགས། །ད་ལྟ་བཞགས་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས། །མ་བཅོས་པ་ཡི་རང་སེམས་  
 ཏེ། །མ་བཅོས་ཇི་བཞིན་རྟོགས་གྱུར་པས། །ད་ལྟ་འགྲོ་བའི་དོན་ཡང་མཛད། །  
 སྤང་ནས་འབྱོན་པའི་སངས་རྒྱས་རྣམས། །རང་སེམས་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཉིད་འདི། །  
 ལྷ་མ་བཅོས་པར་ལུང་མ་བསྟན། །ད་ལྟ་ཏིང་འཛིན་སེམས་མི་འཆོས། །མ་བཅོས་ལམ་  
 དུ་ཞགས་ནས་བྱོན། །ཅེས་གསུངས་པ་ལྟར་སྟོན་བྲལ་རང་བྱུང་གི་ཡེ་ཤེས་རྒྱ་ཆད་དང་  
 བྱོན་ལྟར་ལུང་མེད་པ་ལ་བཟོ་མི་འཆོས་པས་བྱ་རྩལ་དང་བྲལ་བའི་དང་དུ་སངས་རྒྱས་  
 ལག་པའི་མཐིལ་དུ་ཟེན་པའི་ཕྱིར་ཐེག་པ་མཐའ་དག་གི་རྩེ་མོར་གྱུར་པ་སྟེ། རང་  
 བཞིན་རྒྱས་པ་ནི་ཀུན་མཁྱེན་སྟོང་ཆེན་པའི་བཀའ་འབུམ་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་བུ་དང་། ཀམ་ཐོག་  
 བྱུང་ཏེ་རྟེན། མངའ་རིས་རིག་འཛིན་པའི་ཆེན་པོ་སོགས་ཀྱི་ཡིག་ཆ་ཇི་སྟེང་  
 ཡོད་པས་བདག་ཅག་སེམས་བྲལ་བསྐྱེད་སྟེ་ཉལ་ནས་འདུག་པ་གཅིག་པུས་ཆོག་པ་  
 ལགས་སོ། །དེ་ལྟ་ནའང་ཁྱོད་ཀྱིས་དེས་པའི་དོན་རུང་བ་དང་གང་བཟག་རིམ་གྱིས་པའི་  
 སྤང་དུ་བཟོད་པ་ལ། རྩེ་གཅིག་སྟོན་བྲལ་རོ་གཅིག་སྟོན་མེད་ལ་སོགས་པའི་རྣམ་  
 གཞག་གཙོ་བོར་བྱས་རྒྱ་ཆེན་པོའི་བྱོན་ལ་གྲགས་ཆེ་བར་འདུག་པས་མི་ལའི་མགྱུར་  
 རའང་གསལ་ཞིང་། ཨོ་རྒྱན་ཆེན་པོ་གྲུབ་པའི་རིག་འཛིན་གྱི་བརྟུ་ལ་ཞགས་པ་ཆོས་  
 རྒྱལ་དུགས་པོ་ལྟ་རྟེན་སྟོན་གཏོད་པར་གྲགས་པའི་རྣལ་འབྱོར་བཞི་རིམ་འདི་བཞིན་  
 ར་ལི་བསམ་གྱིས་མི་བྱབ་པའི་རྒྱད་རྩ་བར་བཞག་སྟེ་དོན་གྱིས་ཐོབ་པར་དགོངས་ནས་  
 ས་ལམ་གྱི་དོད་པོ་རྩིས་ནས་གསུངས་པ་ལ་ལྷ་རབས་པ་ཁ་ཅིག་གིས་གཞུར་བརྟག་  
 བྱས་ཀྱང་། བཤད་མ་ཐག་པ་ལྟར་ར་ལའི་རྒྱད་ཀྱི་ཁུངས་སྟོན་རྒྱ་ཡོད་ཅིང་། རོ་བོ་  
 རྟེན་ཀྱང་ཉེ་གནས་དགོན་པ་བར་ལྟན་ཅིག་སྟེས་སྟོར་གསུངས་དུས་སྟོར་བཞིའི་བཤད་  
 པ་བདེ་མཆོག་གི་རྒྱད་ནས་ལུང་བྱངས་ཏེ་བཤད་པར་མཛོན་པས་བཀྲལ་བ་བྱེད་པ་



མུན་སྤྱལ་དུ་ངེས་ལ། རྒྱུད་འདི་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་པར་བཞེད་པ་ནི་ཕྱོགས་སུ་ལྷུང་  
 བ་ཅམ་མོ། །དེའི་ཕྱིར་ཡང་དགོན་པ། བ་མང་ཁ་པ་སོགས་ཀྱིས་ཀྱང་རྒྱ་ཆེར་ལྷོ་སྤྱར་  
 རས་བཤད་ཅིང་། རང་ཅག་ཀྱང་རོང་པ་ཚྗགས་ཆེན་པས་ཇི་སྐད་དུ་གསུངས་པ་  
 བཞིན། །ཨོ་རྒྱན་གྱི་རིག་འཛིན་གྱི་སྤྱོད་ལ་ཞུས་པ་དང་། འཆོ་རྒྱལ་གྱིས་ཉམས་སྦྱང་  
 དུ་འང་ཆ་འདྲ་གསལ་ཞིང་། མཁས་མཆོག་སོགས་བསྐྱོག་པས་ཀྱང་སེམས་སྒྲེའི་  
 ཉམས་རིམ་དང་སྤྱར་ནས་བཤད་ལ་བྱུང་པར་བྱགས་གཏེར་ཆེན་པོ་རྩྱེད་པ་དང་བྲལ་  
 བ་གྲོལ་ཐིག་དགོངས་པ་རང་གྲོར་ལས་རྒྱལ་འབྱོར་བཞིའི་མིང་མ་བཏགས་པ་ཅམ་ལས་  
 ཡར་ཕྱིན་གྱི་ལམ་ལཱའི་འགྲོས་དང་བསྐྱུན་ནས་བཤད་ཚུལ་བྱུང་དུ་འཕགས་པ་གསུངས་  
 པས་གང་ཟག་རིམ་གྱིས་པའི་དོན་དུ་དབྱུང་པའི་མན་ངག་འདི་ཁོ་ནའི་དགོངས་པ་ལྟར་  
 བཤད་པར་བྱའོ། །འོ་ན་ཚྗགས་པ་ཆེན་པོ་རྒྱུད་ལས་ཡེ་གྲོལ་ཡིན་པར་འཆད་ན་བྱུང་  
 གྱིས་འདིར་རིམ་ཅན་དུ་བཤད་པས་འགལ་བ་ཅན་དུ་འགྱུར་རོ་སྙམ་ནའང་མ་ཡིན་ཏེ།  
 ལྷོན་པ་དོ་རྗེ་འཆང་ཐབས་ལ་མཁས་པས་ཉན་ཐོས་ཐེག་པ་ནས་ཨ་ཏི་ཡོ་གའི་བར་ལ་  
 རིམ་པ་དགུར་དབྱེ་བའི་དབང་པོ་རབ་འབྱིང་ཐ་གསུམ་ལའང་ནང་གསེས་གྱིས་བྱེ་ནས་  
 བཤད་པའི་ཕྱིར་རོ། །དེས་ན་ཚྗགས་པ་ཆེན་པོ་ནི་དབང་པོ་གིན་ཏུ་རྩྱེན་པའི་ལམ་  
 ཡིན་ཀྱང་འཇུག་པ་པོའི་གང་ཟག་ཐམས་ཅད་དབང་པོ་གིན་ཏུ་རྩྱེན་པོ་གི་སྤྱོད་ལེན་  
 པས་མ་བྱལ་སྟེ། དེ་ལ་དགོངས་ནས་རིག་འཛིན་རྣམས་ཀྱི་དབང་པོ་འབྱིང་དམན་གྱི་  
 བྱུང་པར་ལ་དཔགས་ནས་སྟོལ་འདི་ལྟ་བུའང་བཏོད་པ་སྟེ། ཚུལ་འདི་ནི་སངས་རྒྱས་  
 དང་བྱང་ཆུབ་སེམས་དཔའ་རྣམས་ཐམས་མཁས་གིང་བྱགས་རྗེ་ཆེ་བའི་འབྲིན་ལས་  
 ཡིན་པར་བལྟའོ། །ཞེས་བསྐྱབ་དང་སུན་འབྱེན་གྱི་ཉི་མས་ལོག་སྤྱིའི་སུན་པ་ཡོངས་  
 སུ་བསལ་ནས་བཟློད་བྱའི་དོན་དངོས་ལ། །

དང་པོ་ཡར་ཕྱིན་གྱི་སྤྱོད་ལམ་དང་མཚུངས་པར་སྟོན་པ་འཛིག་ཏེན་གྱི་རྒྱལ་འབྱོར་

ལ་ནང་གསེས་ཆེ་འབྲིང་ཆུང་གསུམ་ལས་དང་པོ་འཛིན་རྟེན་ཆུང་དུའི་རྣལ་འབྱོར་ནི།  
 ཐུགས་གཏེར་ཆེན་པོ་གྲོལ་བའི་ཐིག་ལེ་ལས། །ངོ་བོ་ངོས་བཟུང་མེད་པ་སྟོང་བའི་  
 རང་བཞིན་ལ། །རང་བཞིན་མ་འགགས་ས་ལེ་སིང་ངེ་རྗེན་ནེ་བ། །འཛིན་རྟེན་ཆུང་  
 དུའི་རྣམ་འབྱོར་ཞེས་བྱ་དེ་ཉིད་ཡིན། །ཞེས་པ་དེའི་དགོངས་པ་ཉམས་སྦྱང་གིས་བཀྲལ་  
 བ་ན། རིམ་གྱིས་པའི་གང་ཟག་དེས་སྒྲ་མ་དམ་པ་ཞིག་གི་དུང་དུ་རྣམ་གཡང་སྤངས་  
 ཏེ་བསྒྲམས་པས་སེམས་ཀྱི་ངོ་བོ་ཡོད་མེད་མུ་བཞི་དང་བྲལ་བར་ཐག་ཆོད་ཅིང་། དེ་  
 ལྟར་ཆོད་པས་གསལ་ལ་རྟོག་པ་མེད་པའི་ཞི་གནས་དེ་ཉིད་བསྒྲམ་བྱའི་རང་བཞིན་དུ་  
 རོ་སྤྱད་ལག་བཅང་མཛད་པ་ལ་དྲན་པ་གཞུར་ཏེ་བསྒྲམས་པས་རྣམ་རྟོག་འདི་ཉི་ཟེར་  
 གྱི་སྤང་བྲལ་བས་ཀྱང་བྱ་བྱེད་མང་ལ་འབྱུར་ལྡོག་ཆེ་བས་སྒྲམ་གྱི་ལས་འབྲོ་མེད་དམ་  
 སྟམ་སྒྲུགས་ལོག་པ་ཞིག་གི་རྗེས་སུ་ཇི་ཞིག་ན་དྲན་པའི་ངོ་བོ་གསལ་ལ་ལོ་མ་འགགས་  
 པ། དངས་སིང་ངེ་བ་རྗེན་ཡེ་རེ་བ་ལས་སྟོང་བའི་ཉམས་སྤྱགས་ཆེ་བ་ཞིག་འཆར་བ་  
 དེ་ཉིད་ཇི་ཙམ་སྒྲམ་རིང་ལ་ཡོད། མ་བསྒྲམ་ན་ཐ་མལ་དུ་འཆར་བ་ཞིག་འབྱུང་བ་སྟེ།  
 འདི་ལ་མ་དྲུ་མུ་དྲས་རྩེ་གཅིག་ཆུང་དུར་འབོད། འགའ་ཞིག་གིས་ཐོ་ཆོད་བྱས་པའི་  
 དེ་ལྟ་བུའོ་སྟམ་པ་ནི་གོ་བ་ཡིན་པས་གྲུལ་མི་བདུབ་བོ། །

གཉིས་པ་འཛིན་རྟེན་འབྲིང་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ནི། དེ་ཉིད་ལས། གང་དེ་མ་  
 ཡེངས་བསྒྲུངས་པས་བརྟན་པ་ཆེར་ཐོབ་ཅིང་། བསྒྲམས་ཀྱང་ཡོད་ལ་མ་བསྒྲམ་ཆ་  
 ཤས་ཡོད་པ་ནི་འཛིན་རྟེན་འབྲིང་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་བྱ་དེ་ཉིད་ཡིན་ཞེས་པས་  
 སྤྲ་མའི་འབྲོ་མཐུད་དེ་སྟོང་རུས་ལ་ནན་ཏན་བསྐྱེད་པས་ཉམས་ཀྱི་འཛིན་སྤངས་སྤྲ་མ་  
 ལྟར་ལས་ཆུང་ཟད་དངས་ཆ་ཆེ་རུ་འགྲོ་ཞིང་། དེ་ཉིད་མ་བསྒྲམ་པའི་གནས་སྤྱབས་  
 འགའ་ལ་འང་དྲན་པས་རྟོག་རྟོག་སྒྲིབ་ནས་གསལ་སྟོང་རྗེན་ཡེ་རེ་བར་འཆར་བས་འདི་  
 ལ་མ་དྲུ་མུ་དྲབས་རྩེ་གཅིག་འབྲིང་པོ་ཟེར་རོ། །



གསུམ་པ་འཛིག་རྟེན་ཆེན་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ནི། དེ་ཉིད་ལས། ཉིང་འཛིན་དེ་  
 ཉིད་སྒར་བས་གསལ་མདངས་ཆེར་སོང་ཞིང་། རྩོལ་མེད་ཉིན་མཆན་ལའོར་ཡུག་  
 ཉིད་དུ་འབྱུང་བ་ནི་། འཛིག་རྟེན་ཆེན་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་བྱ་དེ་ཉིད་ཡིན་། ཞེས་  
 བས་བརྟན་པ་ཆེར་ཐོབ་སྟེ་གསལ་སྟོང་རྟེན་པ་ངོས་བཟུང་དང་བྲལ་བའི་ཉམས་ཉིན་  
 མཆན་འོར་ཡུག་དུ་འབྱུངས་པ་ལ་མ་རྟུ་ཐུངས་རྩེ་གཅིག་ཆེན་པོར་བཏགས། རྟོགས་  
 ཆེན་སེམས་སྟེ་བས་གནས་པའི་ཉམས་ཤེས་པ་ཡུལ་ཕྱིར་མི་འབྲོ་བ་ཞེས་པའང་འདིར་  
 མཚུངས། འདིའི་ཉམས་ལ་ལུས་ལ་བདེ་ཉམས་དང་སེམས་ལ་དགའ་སྟོང་དཔག་མེད་  
 འཆར། མར་མེ་རླུང་གིས་མ་བསྐྱོད་པ་ལྟ་བུའི་སྒྲིམ་ལ་ངས་ཤེས་དང་། བྱོང་ཁ་སྒྱུ།  
 ལུས་ཡོད་དུ་མི་ཆོར། འཛིག་རྟེན་མི་ཆོས་ལ་ཞེན་པ་རྒྱུད་དུ་འགྲོ། ཉམས་ཀྱི་མཐོ་  
 དམན་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་འོང་ངོ་། །རེས་འགའ་འདི་ལས་ལྷག་པ་སུ་ལ་ཡོད་སྟུང་པའི་རང་  
 མཐོང་སྒྱེ། རེས་ཤེས་པ་རྒྱན་དང་བྲལ་ནས་ང་ལ་སྒྲིམ་མེད་སྟུང་པའི་ཡི་མུག་སྒྱེ་  
 བའང་ཡོད། རེས་སེམས་ཅན་ལ་སྟོང་རྟེན་སྒྱེ་ཞིང་སངས་རྒྱ་རྒྱ་དང་ལའོར་བར་འབྱུངས་  
 རྒྱ་མི་འདུག་སྟུང་པའི་སྟོང་ལུང་ཀྱང་འཆར། གསལ་སྟོང་ལ་འདུ་ཤེས་གྲུང་པོས་  
 དབྱུད་ན་མཐོང་སྟུང་མང་བ་འབྱུང་སྟེ་ཞལ་གཟིགས་ལུང་བསྟན་དུ་བཟུང་ན་ནོར་ས་  
 རམ་པོ་ཆེ་ཡིན་ཏེ་བྱེད་མཁན་མང་། འདིའི་མཉམ་གཞག་གནད་དུ་སོང་ན་སྒྲིལ་ཏེ་  
 རྣམ་ཤེས་ཐད་ཀར་བག་ལ་ཞུ་འགྲོ་བས་ཕྱིའི་སྒྲིལ་དགའ་བྲུང་ཡུལ་ལ་སོགས་པའི་ཡུལ་  
 རྟེན་གྱིས་མི་འབྲོག་ འོན་ཀྱང་ཕར་ཕྱིན་ཐེག་པ་དང་བསྟན་ན་དག་པ་ས་གསུམ་ནས་  
 སྒྲིལ་ཏེ་རྣམ་ཤེས་གནས་འགྱུར་ཏེ་ཞིང་ཁམས་རྣམ་དག་ལ་དབང་ཞིང་། དག་པའི་  
 ཆེ་བྱ་གྲུབ་ཡེ་ཤེས་སུ་ཤར་བར་བཤད་པའི་ཕྱིར། འདི་ཉིད་དངོས་གནས་མ་ཡིན་  
 ཀྱང་སེམས་འཛིན་ཡུལ་རྟེན་གྱིས་མི་འབྲོག་པའི་ཆ་ནས་དེ་སྒྲིལ་དུ་བཏགས་པའང་  
 ཤེས་པར་བྱའོ། །དེ་ཡང་ཆོགས་ལམ་པས་གོ་སྟོར་ལམ་པས་སྟོང་། མཐོང་ལམ་

བས་རྟོགས་པ་ཞེས་གོ་སྟོང་རྟོགས་གསུམ་དུ་སྦྱོར་བ་དང་སྒྲ་མ་ཡང་ཏིག་ལས། ལྷ་  
 མིའི་སེམས་འཛིན། བྱང་རྒྱལ་སེམས་དཔའི་བསམ་གཏན། སངས་རྒྱལ་གྱི་དགོངས་  
 བ་ཞེས་བཤད་པ་ལའང་རྣམ་པར་དབྱུང་ན་དབྱེ་བ་བྱུང་པར་ཅན་དུ་ཁོ་བོས་རྟོགས་ལ་  
 དེའི་ཕྱིར་འདི་ཡན་ཆད་ནི་སོ་སྦྱེའི་ལམ་དུ་བཞག་པས་ལྷག་མཐོང་མཚན་ཉིད་པ་མེད་  
 པའི་ཕྱིར་ཐུགས་དམ་གྱི་ངོ་བོ་ཇི་ལྟར་བཟང་ཡང་ཉམས་ཅམ་སྟོང་བ་ཅམ་ཡིན་པས་རྩ་  
 གཟུགས་གྱི་རྟེན་འབྲེལ་ལ་མངོན་ཤེས་དང་གྲུབ་རྟགས་ཐོན་པ་བྱུང་ཡང་སྒྲོམ་སེམས་  
 བྱ་བའི་ཡུལ་མ་ཡིན་མོད། དེ་ལྟར་འང་ཕྱི་དུས་འདིར་ལམ་འདི་མཐར་སོན་པའང་  
 རྟོད་པར་དཀའ་ཞིང་། སྟོང་རུས་ཅན་རེ་རེ་ཅམ་སྒྲུང་བ་ལའང་བཤེས་གཉིན་རྣམས་  
 གྱིས་རྟོགས་པ་ཉིན་མཚན་འདྲེས་པར་ངོ་སྟོན་བྱེད་པ་འདུག་པས་ལོང་བས་ལོང་བ་བྲིད་  
 དེ་སྒྲོམ་དམིགས་གཏད་ཉམས་སྟོང་ཅན་སྟོང་པ་དགྲར་ལངས་གྱི་བདུད་ཞུགས་པ་ཞིག་  
 ལ་མི་ཆེ་སྟོང་པར་འཇོག་པ་ལས་ཡོན་ཏན་སྦྱེ་བའི་རེ་བ་བྱུང་མོད། འགའ་ཞིག་ནི་  
 མཉམ་གཞག་གནད་དུ་མ་སོང་བ་ཅི་ཡིན་འདི་ཡིན་མེད་པའི་ལུང་མ་བསྟན་ཐོམ་ཡོ་རེ་  
 བ་ཞིག་གི་ངོ་བོ་སྦྱ་བཟོད་མི་ཤེས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་ལ་ང་འདྲའི་རྟོགས་པ་སྒྲུ་ལ་ཡོད། སྒྲོམ་  
 མེད་བྱ་བའང་འདི་ཁ་ཡིན་སྒྲོམ་པའི་རང་རྩིས་སྦྱེས་ཏེ་ཡུལ་གོང་མ་ལ་དག་སྒྲུང་གཏན་  
 ནས་མི་སྦྱེ་ཞིང་བོགས་འདོན་བྱེད་པའི་སྟོང་དང་བྲལ་བས་ནོར་ས་རྩམ་བོ་ཆེར་སོང་སྟེ་  
 རྒྱ་འབྲས་རྟེན་འབྲེལ་མི་བསྒྲུ་བའི་བསྟན་པ་ཐམས་ཅད་བསྒྲུབས་པས། དགོ་སྟོང་  
 སྟེག་སྟོང་དུ་གོ་ལ་བ་འབའ་ཞིག་ལས་མི་འདའ་བས་རྩལ་དེ་ལ་བསམ་ནས་ཨོ་རྒྱན་ཆེན་  
 བོས་རྒྱལ་བོ་ལ་གདམས་པ་བཞིན་ལྟ་བའི་ཕྱོགས་སུ་སྦྱོད་པ་མ་གྲོལ་བ་དང་། སྦྱོད་  
 པའི་ཕྱོགས་སུ་ལྟ་བ་མ་གྲོལ་བ་ལ་བསྒྲུབ་ཅིང་ཉམས་སྟོང་དང་ལྷན་པའི་སྒྲ་མ་དམ་པ་  
 མིག་བཞིན་དུ་བརྟེན་ལ། གསོལ་འདེབས་མོས་གྲུས་དང་ལྷན་པས་དབང་བཞི་ཡང་  
 ཡང་སྒྲང་། ལྷགས་ལ་ཞུན་ཐར་གཏོང་བ་ལྟར་བརྟེན་ཤིན་ཏུ་ཆོད་པ་གལ་ཆེ་བ་



ཡིན་ནོ། །འདིར་ཕར་ཕྱིན་ཐེག་པ་ལྟར་ན་དྲོད་ཅེ་གཉིས་སུ་དབང་པོ་ལྟ་དང་། བཟོད་  
ཆོས་གཉིས་སུ་སྟོབས་ལྟ་སྟོམ་པའི་སྟོར་ལམ་ངེས་འབྱེད་ཆ་བཞིའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ངོ་བོ་  
མཉམ་གཞག་གི་ཆ་རྣམ་པར་མི་རྟོག་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་རྗེས་ཐོབ་ཀྱི་ཆ་རྟོག་བཅས་རྟོག་  
མེད་ཅི་རིགས་སུ་ཡོད་ཅིང་གཉེན་པོ་བཞི་ལ་བརྟེན་ནས་སྤང་བྱ་སྦྱིབ་པའི་ས་བོན་ཉམས་  
སྤང་བས་རྟོགས་པའི་ཁྱད་པར་སྟོམ་བྱུང་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་བདག་མེད་གཉིས་རྟོགས་ཏེ། ཡོན་  
ཏན་གྱི་ཁྱད་པར་སྟུན་དང་མངོན་ཤེས་སྟགས་དུ་མ་དང་ལྟན་ཞིང་། ཆོག་ལམ་ཆེན་  
པོ་ལས་འདིའི་ཡེ་ཤེས་དྲོད་བརྟན་པས་མཐོང་ལམ་ཐག་ཉེ་བ་སྟེ། བརྒྱད་སྟོང་འབྲེལ་  
ཆེན་ལས། བར་ཆད་མེད་ན་མཐོང་བའི་ལམ་ཆེས་ཉེ་བར་འབྱུང་བ་ཞེས་བྱ་བ་ནི་ཐར་  
པའི་ཆ་དང་མཐུན་པ་ལས་འདིའི་ཁྱད་ཡིན་པར་རིག་པར་བྱའོ། །ཞེས་གསུངས་པ་སྟེ།  
དེ་ལྟ་བུའི་སྟོར་ལམ་གྱི་འགྱུར་འདི་རུ་བརྩི་བ་ཡིན་ནོ། །

གཉིས་པ་ཕར་ཕྱིན་གྱི་མཐོང་ལམ་དང་མཚུངས་པར་སྟོན་པས་མིང་དེ་སྤྱད་དུ་  
བཏགས་པ་མཐོང་ལམ་གྱི་རྣལ་འབྱོར་ཆེ་འབྱིང་ཆུང་གསུམ་ལས། དང་པོ་ཆུང་དུའི་  
རྣལ་འབྱོར་ནི། དེ་ཉིད་ལས། མཁན་པོ་ཉིད་དང་གནས་ཉམས་དེ་དག་ཡུལ་ལུང་  
ནས་། སེམས་མེད་སྟོང་པ་དྲི་མེད་མཁའ་ལྟར་རྟོགས་པ་ནི་། མཐོང་ལམ་ཆུང་དུའི་  
རྣལ་འབྱོར་ཞེས་བྱ་དེ་ཉིད་ཡིན་། ཞེས་པས་སྟར་གྱི་ཅེ་གཅིག་གི་རྣལ་འབྱོར་དེ་ཟབ་  
ཟབ་དང་གོ་བ་སྒྲུལ་པོ་ལ་མ་ལུས་པར་རིག་པ་ལ་ངར་ཆ་བཏགས་ཏེ་སྟོམ་པས་གནད་  
དུ་སོང་ན། རང་གི་མོས་གྲུས་དང་བླ་མའི་རྣལ་འབྱོར་གྱི་རུས་པས་ཆན་ལ་ཕབས་  
བཏབ་པ་ལྟ་བུ་ལུངས་གྲུ་ཡངས་སྟོ་འཆོལ་གྱི་སྤྱད་དུ་མ་ཡིན་པར་སྒྲབས་འདིར་སྟོང་ཐག་  
པ་ནས་སང་གེ་རི་སུལ་འབྲིམ་པ་ལྟར་དུར་ཁྲོད་ལྟལ་བའི་གཅོད་ཡུལ་ཟབ་མོའི་སྟོངས་  
འཆུབས་འཛིག་སྒྲག་ལ་སྟགས་པ་དེ་མ་ཐག་པའི་རྒྱུན་གྱིས་སྟར་གཉེན་པོས་སྟོས་གཙུན་  
པའི་སྟོམ་གསལ་སྟོང་ཅམ་དུ་ཁས་ལེན་དང་དམིགས་གཏད་ཡོད་པའ། བདེ་བདེ་མོ་

སྒྲོ་སྒྲོ་མོ་སྒྲོ་མ་བྱེད་ཀྱི་མཁན་པོ་དང་ཞིག་ནས་ཀྱི་མྱོང་བ་སྤང་མ་རྩི་ལ་འབྱར་བ་ལྟ་བུ་  
 དེ་གཏང་ཡལ་སོང་ནས་ཤེས་པའི་ངོ་བོ་གསལ་ལ་རྟོག་མེད་ཀྱི་ངང་དུ་ལོམ་འདས་  
 ཀྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་རང་སར་དག་ཡོད་མེད་རྟག་ཆད་ལ་སོགས་པའི་ཁས་ལེན་དང་  
 བྱལ་བ་ནམ་མཁའི་དཀྱིལ་ལྟ་བུ་ཞིག་འཆར་བ་དེ་ལ་མ་དུ་མུ་དུས་སྒྲོས་བྱལ་རྒྱུ་དུར་  
 བཏགས། འདིའི་ཆོ་ཐོས་པ་རྒྱུ་བ་དང་སྒྲུ་མ་དམ་པས་མ་ཟིན་པ་རྣམས་སྤར་གྱི་  
 བདེ་གསལ་མི་རྟོག་པའི་ཉམས་དེ་ཡལ་བས་ང་ཡི་སྒྲོ་མ་བོར་བའམ་སྒྲོ་མ་ནས་ཅབ་རྩབ་  
 སྒྲོ་མང་ཅི་ཡང་དུན་ཞིང་ཡི་མུག་སྒྲུ་བའང་འདུག་གོ། སྒྲོ་མ་པ་ཆེ་བ་དག་སྒྲོ་མ་མེད་འམ་  
 དེ་འདི་ཁ་ཡིན་སྒྲོ་མ་ནས་འགྲོ་དོན་ལ་རིངས་ནས་གཡེང་བས་ཁྱེར་བའང་འདུག་གོ།  
 དེའི་ཆོ་དེ་དག་གི་གསུ་ཤེས་པར་བྱས་དེ་ཞུམ་པ་དང་ལྷག་པའི་ཕྱོགས་ལྷུང་གཉིས་  
 ཀ་སྤངས་ནས་ད་ལྟའི་དུན་པ་དེ་ལས་སྒྲོ་མ་གོ་ཆོད་པར་བྱའོ། འདི་ཤེས་པའི་ངར་  
 གདངས་བྱལ་བའི་ལུང་མ་བསྟན་གྱིས་གཏང་མེད་དང་མ་ནོར་བ་གལ་པོ་ཆེ་ཡིན་ནོ།།  
 གཉིས་པ་འབྲིང་བོའི་རྣལ་འབྱོར་ནི། དེ་ཉིད་ལས། སྟོང་འཛིན་ཡིད་ཆོས་ཉམས་ཀྱི་  
 དྲི་མ་དེ་ལུད་ཅིང་། གང་ཤར་དུན་རྟོག་ཡུལ་མེད་ཅུ་བྱལ་རྟོགས་པ་ནི་། མཐོང་ལམ་  
 འབྲིང་བོའི་རྣམ་འབྱོར་ཞེས་བྱ་དེ་ཉིད་ཡིན་། ཞེས་པས། སྤར་གྱི་གསལ་སྟོང་ནམ་  
 མཁའི་དཀྱིལ་ལྟ་བུ་ཡོད་མེད་རྟག་ཆད་ཀྱི་མཐའ་ལས་འདས་པ་དེ་ལ་ངེས་ཤེས་སྒྲུས་  
 པའི་སྟོང་འཛིན་ཕྱ་མོ་ཡོད་པ་དེ་སྒྲུལ་གྱི་ཤུན་པ་ལྟར་ལུད། རྟོག་པ་གང་ཤར་ལ་ཅེར་  
 འཛིན་གྱིས་དུན་པས་རྒྱས་འདེབས་བྱེད་མི་དགོས་པར་རྣམ་རྟོག་རང་སྟོང་། གཞི་མེད་  
 ཅུ་བྱལ་དུ་ཤར་བ་ཞིག་འོང་། འདི་ནི་དུན་པ་ཅམ་གྱི་ངོ་བོར་བྲེལ་གྱིས་འགྲོ། དུན་  
 པས་གསལ་ཐེབས་ནས་ཐ་མལ་དང་ཁྱད་པར་མེད་པས་འདིའི་ཆོ་མ་ཡེངས་མི་སྒྲོ་མ་  
 ལ་ལྟ་བའི་མཐིལ་བཅོལ་བ་ཡིན་ལ་མ་དུ་མུ་དུས་སྒྲོས་བྱལ་འབྲིང་བོར་བཏགས་སོ། །  
 གསུམ་པ་ནི་དེ་ཉིད་ལས། སྟོང་བ་སེམས་སུ་ཤེས་ཤིང་སེམས་ཉིད་ཅུ་བྱལ་ཡང་།



སྟོང་འཛིན་སེམས་ཀྱི་དྲི་མ་ཕྱ་མོ་ཡོད་པ་ནི་ མཐོང་ལམ་ཆེན་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་  
 བྱ་དེ་ཉིད་ཡིན་ ཞེས་པས་འདི་ལྟར་རྟོག་པས་བཏགས་པའི་ཆོ་སྒྲུང་བ་སེམས་ཀྱི་ཆོ་  
 འབྲུལ་དུ་གོ་ལ། སེམས་སྒྲུང་ཐོག་དུ་བཞག་པས་སྒྲུང་སེམས་ཡུལ་མེད་ཅུ་བྱལ་དུ་  
 གོ་ལ་ཞིང་། རང་ངོར་སྟོང་འཛིན་ཞིག་པ་ལྟར་སྒྲུང་ཡང་ལམ་གོང་མས་ཡས་གཞལ་  
 ན་རིག་པ་ལ་སེམས་ཀྱི་དྲི་མས་སྒྲགས་པའི་སྟོང་འཛིན་ཕྱ་མོ་ཡོད་ལ་རྟོགས་ཆེན་སེམས་  
 རྟེན་པས་ཉིང་ངེ་འཛིན་ལ་བྱིང་རྟོན་ལ་སོགས་པའི་རྒྱུན་གྱིས་མི་གཞོད་པར་བཤད་པ་  
 དང་མཚུངས། འདི་ལ་ཐུགས་དམ་གྱི་ངོ་བོ་བྱ་རྒྱ་གང་ཡང་མེད་ཅིང་གནད་དུ་སོང་ན་  
 ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་གནས་འགྱུར་བས་ཆེད་དུ་སྒྲོམ་པས་སྟོང་རྒྱ་དང་བྱལ་ཡང་ལུན་གྱུབ་  
 ཀྱི་དྲན་པས་མ་བསྐྱུངས་ན་བྱལ་ཐོབ་ཤིན་ཏུ་ཆེ་བ་ཡོད་དོ། །དེ་ལྟར་འང་སྟོར་བཞིའི་  
 བཤད་པ་གཞན་དག་ནས་འདི་ལ་མ་བསྒྲོམ་ཀྱང་ཡེངས་འབྲུལ་མེད་པ་དང་། མི་ལམ་  
 ལ་འང་མི་འབྲུལ་བར་འཆད་ཀྱང་རང་གཞུང་འདི་ནས་སྒྲོམ་ལམ་ཆེན་པོའི་སྐབས་སུ་  
 ཡང་མཆོན་འབྲུལ་ཡོད་པར་བཤད་ཅིང་། རང་གི་སྟོང་བ་དང་ཡང་མ་འབྱོར་བས་  
 བཏང་སྒྲོམས་སུ་བཞག་གོ། །དེ་ཅིའི་ཕྱིར་སྒྲོམ་ན། ལུན་གྱུབ་ཀྱི་དྲན་པ་ལ་ཉིན་མཆོན་  
 ཁོར་ཡུག་ཏུ་ལ་བསྐྱུང་བ་དྲི་མ་མཐའ་དག་ལས་རྣམ་པར་གྲོལ་བ་སངས་རྒྱས་ཁོན་འི་སྐབས་  
 ལས་གཞན་དུ་མ་ཡིན་ཏེ། ཡར་བྱིན་ཐེག་པར། མ་དག་པ་སེམས་ཅན་གྱི་རིགས།  
 དག་པ་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་རིགས། ཤིན་ཏུ་དག་པ་དེ་བཞིན་གསེགས་པའི་རིགས་  
 ཞེས་གནས་སྐབས་ཀྱི་སྒྲོ་ནས་དབྱེ་སྟེ་ས་ལམ་གོང་འོག་གི་རིམ་པས་མིང་འདོགས་ཐ་  
 དད་དུ་བཞག་པའི་ཕྱིར་ཏེ། འགྲོ་བའི་ཁམས་ལ་བདེ་གསེགས་སྟོང་པོ་ཡོད་པ་གཞིར་  
 བཞག་ནས་བྱལ་བྱའི་དྲི་མའི་དཔེ་ཡང་མགོན་པོ་བུམས་པས་རྒྱུད་སྒྲུ་མར། འཆིང་བ་  
 མཐའ་དག་གིས་བཅིངས་པའི་སོ་སོའི་སྟེ་བོ་བདུ་དང་། སྒྲུང་མ་དང་། སྒྲུན་པ་དང་།  
 འདམ་ཐུབ་ཀྱི་སྐབས་ན་སངས་རྒྱས་གཏུམས་པའི་དཔེ་དང་། ཉན་རང་དག་བཅོམ་

པའི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་མ་རིག་པས་སྤྱིང་པོ་བསྐྱེད་པས་པས་འོག་གི་དབུལ་པོའི་གཏེར་  
 གྱི་དཔེས་བསྟན་པ་དང་། སྒྲོབ་པ་སོ་སོའི་སྒྱེ་བོའི་རྒྱུད་ལ་ཡོད་པའི་ཐེག་ཆེན་མཐོང་  
 སྤངས་ཀྱི་དྲི་རགས་པ་ཡིན། མ་དང་། འཕགས་པའི་རྒྱུད་ལ་པ་ལྟན་སྒྱེས་ལྟར་མི་  
 མངོན་པའི་བྱུང་དོ། གྱི་སྒྲོམ་སྤངས་ཀྱི་དྲི་མ་གཉིས་ནི། སྤྱན་ལྷགས་དང་། གོས་རྩལ་  
 གྱིས་དཔེས་བསྟན་པ་ཡིན་ལ། བྱུང་པར་སྒྲུབས་འདིར་བདེན་པ་མཐོང་བའི་ལམ་དུ་  
 བྱེད་པས་ས་གནས་ཀྱི་ས་བརྩའི་དྲི་མའང་མ་དག་ས་བདུན་མན་ལ་བརྟེན་པའི་དྲི་མ་དང་།  
 དག་པ་ས་གསུམ་ལ་བརྟེན་པའི་དྲི་མ་ནི། མངལ་དང་འདམ་གྱི་གསེར་དཔེ་གཉིས་  
 གྱིས་བསྟན་པའི་ཕྱིར་ཏེ། དེ་སྒྲུང་དུ། ས་བདུན་ལ་བརྟེན་དྲི་མ་ནི། །མངལ་སྒྲུབས་དྲི་མ་  
 དག་དང་མཚུངས། །མངལ་སྒྲུབས་བྲལ་འདྲ་མི་རྟོག་པའི། །ཡེ་ཤེས་རྣམ་པར་སྒྲིན་  
 པ་བཞིན། །ས་གསུམ་རྗེས་འབྲེལ་དྲི་མ་རྣམས། །ས་འདམ་གོས་བཞིན་ཤེས་བྱ་སྟེ། །  
 བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་རྩི་རྩེ་ལྟེ། །ཏིང་ངེ་འཛིན་གྱི་གཞི་བྱ་ཡིན། །ཞེས་སོ། །དེ་ལྟར་  
 སྒྲུབས་འདིར་མཐོང་ལམ་གྱི་བར་ཆད་བཞག་པའང་ཡར་ཕྱིན་ཐེག་པའི་སྒྲུབས་སུ་བྱང་  
 ཁྱུང་གྱི་ཡན་ལག་བདུན་བསྒྲོམ་པས་ཆོས་ཀྱི་མིག་རྩལ་དང་བྲལ་བ་ཐོབ་ཅེས་པ་དང་  
 མཚུངས་ལ། དེའི་ཆེ་འཛིན་རྟེན་ལས་འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་ཐོག་མར་ཐོབ་པས་དགའ་  
 བ་རྒྱ་ཆེན་པོ་སྒྲོན་བས་ཆེས་འཕགས་པ་ཐོབ་པས་ས་དང་པོ་རབ་ཏུ་དགའ་བ་ཞེས་བྱ་  
 ཞིང་། འདིའི་ལམ་རྟགས་སུ་འང་རྗེས་ཐོབ་ལ་དགའ་སྒྲིའི་སྤང་བ་དཔག་ཏུ་མེད་པ་  
 འཆར། ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པའི་ཉེ་རྒྱ་ཤེས་རབ་ཀྱི་རལ་ཁ་བྱེ་བ་སོགས་ངེས་པར་  
 འབྱུང་བས་མཐོང་ལམ་མངོན་དུ་བྱས་ཏེ་ས་དང་པོ་ནོན་པའི་འགྱུར་རྩི་བ་ཡིན་ནོ། །  
 འོ་ན་ཡོན་ཏན་གྱི་བྱུང་པར་དུས་སྒྲིད་ཅིག་མ་ལ་སངས་རྒྱས་བརྒྱའི་ཞལ་བལྟ་བ་ནས།  
 ལུས་རེ་རེ་ལའང་འཁོར་ཕུན་སུམ་ཆོགས་པ་བརྒྱ་བརྒྱས་བསྒྲོར་བར་སྒྲོན་པའི་བར་  
 གྱི་ཡོན་ཏན་བརྒྱ་ཕྱག་བརྩུ་གཉིས། སྤྱན་དང་མངོན་ཤེས། སྒྱེ་འཆི་རང་ཆོན་པ་མེད་



པ། འཛམ་གྱའི་གླིང་གི་རྒྱལ་པོའི་སྤྱོད་པ་འཛིན་ནུས་པ་ལ་སོགས་པའི་ནུས་པ་མངོན་  
གུར་དུ་མེད་པས་སོ་སྒྲུལ་ན། རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་རྒྱད་ནས་བྱུང་ཕྱག་སྒྲོ་ངའི་སྤྱབས་  
ནས་རྩལ་རྫོགས་ཏེ་སྒྲོ་ངའི་རྒྱལ་ས་གྲོལ་མ་ཐག་འཁུར་བ་ལ་ཆགས་ཐོགས་མི་མངའ་  
བ་དང་། རྩ་བཅན་སྒྲོ་ངའི་རྒྱལ་ས་གྲོལ་ནས་ཀྱང་ཡུན་རིང་པོར་ཆང་དུ་བསྐྱེད་བསྐྱིང་  
བྱའི་དཔེས་བསྟན་ཏེ། ཡར་ཕྱིན་དུ་བསྐྱལ་བ་གྲངས་མེད་ལ་སོགས་པར་ལམ་ལ་  
ཞུགས་ནས་ཅི་ཞིག་ན་འབྲས་བུ་མངོན་གུར་དུ་བྱ་བ་དང་། རྫོང་རྫོང་ཐོག་པའི་སྤྱབས་སུ་  
སྤངས་རྫོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་ཐམས་ཅད་སྒྲོམ་ཆེན་གྱི་ལུས་རྒྱའི་སྤྱབས་སུ་རྩལ་རྫོགས་  
ཏེ་ལུས་ཀྱི་སྒྲོ་ངའི་རྒྱལ་ས་གྲོལ་མ་ཐག་དག་པ་གཉིས་ལྡན་གྱི་ས་ལ་མིག་འཕྱལ་ལྟར་  
བཅན་ས་བཅན་པའི་ངེས་པ་འདྲེན་རྒྱུ་ཡོད་པས་ཅིས་ཀྱང་ཡོན་ཏན་དེ་དག་མངོན་གུར་  
དུ་མཐོང་མི་དགོས་སོ། །འདིའི་ཚུལ་ཞིབ་པ་ནི། མཛོད་བདུན་ལ་སོགས་པ་མན་ངག་  
གི་བསྟན་བཅོས་རྣམས་སུ་བལྟའོ། །

གསུམ་པ་ཡར་ཕྱིན་གྱི་སྒྲོམ་ལམ་དང་མཚུངས་པས་དེ་སྐད་དུ་བཏགས་པ་སྒྲོམ་  
ལམ་གྱི་རྒྱལ་འབྱོར་ཆེ་འབྱིང་རྒྱུ་གསུམ་ལས། དང་པོ་རྒྱུང་དུའི་རྒྱལ་འབྱོར་ནི། དེ་  
ཉིད་ལས། སྟོང་འཛིན་ཡུལ་ལུང་སྟོང་དང་མི་སྟོང་རྩིས་ལས་འདས་མེད་གཉིས་ཆོས་  
ལས་འདས་གཉིས་མེད་རོ་གཅིག་རྫོགས་པ་ནི་སྒྲོམ་ལམ་རྒྱུང་དུའི་རྒྱལ་འབྱོར་ཞེས་  
བྱ་དེ་ཉིད་ཡིན་ཞེས་པས། སྤར་གྱི་སྟོང་པ་ཉིད་སྟོས་བྲལ་གྱི་གནས་ལུགས་དབུ་མ་  
ལ་འཛིག་པའི་སྟོང་འཛིན་གྱི་ཤེས་སྒྲིབ་དེ་ཡལ་ནས། སྤར་བ་དཀར་དམར་ལ་སོགས་  
པའི་འཆར་སྒྲོ་མཐའ་དག་སེམས་ལ་ཐིམ་པས་ཕྱི་གཟུང་ཡུལ་མངོན་དུ་འགྱུར་བ་མེད།  
སེམས་ཀྱི་འགྱུ་དྲན་ཐམས་ཅད་རིག་པ་བརྗོད་བྲལ་ལ་ཐིམ་པས་ནང་འཛིན་པའི་འདུ་  
ཤེས་ཀྱང་པོ་དང་བྲལ་ཞིང་ལཾ་ལཾ་འདས་ཀྱི་རྟོན་འབྲེལ་ཐམས་ཅད་དུ་མ་རོ་གཅིག་ཏུ་  
གར་བ་ལ་མ་རྟུ་མུ་དུས་རོ་གཅིག་རྒྱུང་དུར་བཏགས་པའོ། །

གཉིས་པ་འབྲིང་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ནི། དེ་ཉིད་ལས། ཡིད་ཆོས་ཉམས་ཟད་གང་  
 བར་ཡུལ་ལ་འཛིན་པ་བྲལ་། ལྷང་སེམས་འདྲེས་ཤིང་མཉམ་རྗེས་ཕལ་ཆེར་འདྲེས་  
 པ་ནི། སྒྲིམ་ལམ་འབྲིང་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་བྱ་དེ་ཉིད་ཡིན་། ཞེས་པས་ལམ་ཁོར་འདས་  
 གྱི་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྒྲིག་རང་གྲོལ་ལ་སོང་ནས་རྩལ་རྩལ་བཞག་པ་ལྟར་བྱང་འཇུག་སྒོ་  
 འདས་སུ་རྟོགས་པའི་བསམ་གཏན་དེ་ལ་དེར་འཛིན་ཡིད་ཆོས་ཀྱི་གཉེན་པོའི་སྒྲིབ་པ་  
 རུང་བྱང་ཡོད་པ་དེ་ཡང་བྲལ་བས་ཉོན་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་ཤེས་དག། ལྷང་སེམས་ལ་རང་  
 བྱན་རྩལ་པའི་མཐུ་ལས་ཡང་དག་གི་བྱན་པས་སྒྲིབས་པ་ཅམ་གྱིས་སྤངས་གཉེན་རང་  
 གྲོལ་དུ་ཤར། ཡུལ་དང་ཡུལ་ཅན་ཐ་དད་དུ་འཛིན་པའི་འདུ་ཤེས་སྤངས་པའི་མཉམ་  
 རྗེས་ཕལ་ཆེར་དུ་འདྲེས་པས་རི་ལྟ་བུའི་མཉམ་རྗེས་སུ་གོ་ལ། འདིའི་མཉམ་རྗེས་ཀྱི་  
 རོས་འཛིན་ནི་རང་ལུགས་རྟོགས་པ་ཆེན་པོའི་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་འདོད་པ་ཁོ་བོའི་  
 མན་ངག་གོ་ལ་ཤོར་ཆར་གཅོད་དུ་ཤེས་པར་བྱས་ལ། སྒྲིབས་སུ་མཉམ་རྗེས་རང་  
 ཆེན་པར་ཤར་བའི་ཕྱིར་རྟོགས་ཆེན་སེམས་སྡེ་པས། མཉམ་གཞག་ལ་ལམ་ཁོར་འདས་  
 རོ་མཉམ། རྗེས་ཤེས་ཆོགས་བརྒྱད་སྒྲིམ་ལྟར་ཁོང་དུ་རྩལ་ནས་འཛིགས་པ་དང་  
 བྲལ་བར་བཤད་པ་འང་འདིར་མཆུངས་ལ་སྦྱོར་བཞིའི་བཤད་པ་བཞིན་དུ་སྒྲིམ་བྲལ་  
 ཆེན་པོ་མི་ཐོས། རོ་གཅིག་འབྲིང་པོས་སྒྲིམ་ཏེ་འདི་དང་མི་མཆུངས་ཅམ་སྤང་སྟེ།  
 ལུགས་སྒོལ་འདི་ལ་རྩོམ་རྩོམ་ཆེན་ཆེན་གྱི་དགོངས་པ་འཇུགས་པ་མེད་པར་བཀོད་པས་  
 བསྟེ་བསྟེད་མི་བྱ་ལ། རྣལ་འབྱོར་དབང་ལྷན་མི་ལ་འང་འདི་ལྟར་བཞེད་པ་ཡིན་ནོ། །

གསུམ་པ་སྒྲིམ་ལམ་ཆེན་པོ་ནི། དེ་ཉིད་ལས། ཡུལ་སྤང་སོ་མ་བཅོས་བསྟེད་  
 མི་དགོས་སྒྲིམ་དུ་ཤར་། མཉམ་རྗེས་ཁོར་ཡུག་འདྲེས་ཀྱང་མཆེན་འཇུག་ཡོད་པ་ནི།  
 སྒྲིམ་ལམ་ཆེན་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་བྱ་དེ་ཉིད་ཡིན་། ཞེས་པས། ལྷང་སེམས་  
 རོ་གཅིག་དུ་འདྲེས་ཤིང་། རི་ལྟ་བུའི་མཉམ་རྗེས་ལ་རོས་འཛིན་ཡོད་པ་དེ་ཡང་



བརྟན་པ་ཆེར་ཐོབ་སྟེ་ཉིན་སྤང་ལ་ལོར་ཡུག་ཏུ་འདྲེས། འཛིགས་སྒྲག་ལ་སྐྱེས་གྲོ་  
བུར་བའི་ཡུལ་སྤང་ལ་གཉིན་པོས་འཇུན་མི་དགོས་པར་རྗེས་ཐོབ་ཀྱི་ཅུལ་དུ་འཆར་  
བ་ལ་མ་དྲུག་ལྟ་སྟེ་མཆོག་ཆེན་པོར་བཏགས་པའོ། ཡར་ཕྱིན་ཐེག་པ་དང་བསྟན་  
ནས་སྐབས་འདིར་སྒྲིམ་ལམ་ཆེ་འབྲིང་རྒྱུ་གསུམ་གྱི་ཐ་སྟད་བཞག་ནས་འཕགས་ལམ་  
ཡན་ལག་བརྒྱད་བསྒྲིམས་ཏེ་ས་གཉིས་པ་དྲི་མ་མེད་པ་ནས་བཟུང་བརྩ་བ་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིན་  
གྱི་བར་དུ་བཞུད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ཡང་འདི་ལྟར་མདོ་སྟེ་རྒྱན་གྱི་དགོངས་པ་ལྟར་ཆེ་འབྲིང་  
རྒྱུ་གསུམ་སྟོ་སྟོ་ལའང་ནང་གསེས་གསུམ་གསུམ་དུ་བྱེ་བས་དགུར་འགྱུར་བའི་རྒྱུ་དུའི་  
རྒྱུ་དུས་ས་གཉིས་པ་དྲི་མ་མེད་པ་སྟེ་རྒྱལ་བྱིས་ཀྱི་ཡ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའོ། རྒྱུ་དུའི་  
འབྲིང་གིས་ས་གསུམ་པ་འོད་བྱེད་པ་སྟེ་བཟོད་པའི་ཡ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའོ། རྒྱུ་དུའི་  
ཆེན་པོས་ས་བཞི་པ་འོད་འཕྲོ་བ་སྟེ་བརྩོན་འགྱུས་ཀྱི་ཡ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའོ། འབྲིང་  
གི་རྒྱུ་དུས་ས་ལྔ་པ་སྤྱང་དགའ་བ་སྟེ་བསམ་གཏན་གྱི་ཡ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའོ། འབྲིང་  
གི་འབྲིང་པོས་ས་དུག་པ་མངོན་དུ་གྱུར་པ་སྟེ་ཤེས་རབ་ཀྱི་ཡ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའོ། འབྲིང་  
གི་ཆེན་པོས་ས་བདུན་པ་རིང་དུ་སོང་བ་སྟེ་ཐབས་ཀྱི་ཡ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའོ། ཆེན་པོའི་  
རྒྱུ་དུས་ས་བརྒྱད་པ་མི་གཡོ་བ་སྟེ་སྟོབས་ཀྱི་ཡ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའོ། ཆེན་པོའི་འབྲིང་  
གི་ས་དགུ་པ་ལེགས་པའི་སྒྲོ་གྲོས་ཏེ་སྒྲིན་ལམ་གྱི་ཡ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པའོ། ཆེན་པོའི་  
ཆེན་པོས་ས་བརྩུ་བ་ཆོས་ཀྱི་སྒྲིན་ཏེ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཡ་རོལ་དུ་ཕྱིན་པ་སྟེ་ས་བརྩུའི་འགྱུར་  
འདི་རུ་བརྩེ་བ་ཡིན་པས་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་དང་མཚུངས་ལ། དེའི་ངང་རྒྱལ་ནི་  
རྒྱུད་སྒྲིམ་ལས། བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་རྒྱལ་འདི་ནི། རྗེས་ཐོབ་དེ་བཞིན་གཤེགས་  
ནམས་དང་། སེམས་ཅན་ཡང་དག་སྒྲོལ་བ་ལ། འཛིག་རྟེན་ན་ནི་མཉམ་པ་ཉིད། །  
དེ་ལྟ་མོད་ཀྱི་ས་རྒྱལ་དང་། རྒྱ་མཚོ་བ་སྒྲང་མིག་རྗེས་སུ། བྱུང་པར་གང་ཡིན་སངས་  
རྒྱས་དང་། བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའི་བྱུང་པར་ཉིད། ཁེས་ཕྱིན་ལས་ཀྱི་བྱེད་རྒྱལ་འདྲ་

བའི་ཆ་ནས་སེམས་ཅན་སྒྲོལ་བ་ལ་སངས་རྒྱས་དང་ཕྱོགས་མཚུངས་པར་བསྟན་གྱིང་།  
 དོན་དུ་བྱ་བ་དང་བྱེད་པ་གཉིས་ཀའི་སྒྲོལ་ནས་སངས་རྒྱས་ལྷག་པར་ས་རྒྱལ་ལ་སོགས་  
 བའི་དཔེས་བསྟན་བ་ཡིན་ལ། ཡོན་ཏན་གྱི་བྱེད་པར་ས་གཉིས་པ་ནས་བཟུང་དང་  
 བའི་ཡོན་ཏན་བརྒྱ་ཡུག་བརྒྱ་གཉིས་སྐད་ཅིག་མ་རེ་རེ་བཞིན་སྟོང་འབྱུང་དུ་སྒྲེ་བའི་རྩས་  
 པ་མངོན་གྱུར་དུ་ཡོད་མེད་ནི་སྤར་བྱུང་དང་བྱ་བཅན་གྱི་དཔེས་བཤད་ཟེན་ཏོ། །བཞི་པ་  
 མི་སྒྲོལ་བའི་ལམ་ལ་ཆེ་འབྲིང་ཆུང་གསུམ་གྱི་དབྱེ་བ་ལས་དང་པོ་ཆུང་དུ་རི་རྒྱལ་འབྱོར་  
 བྱི་དེ་ཉིད་ལས། དྲན་འདུན་རྩེ་བའི་སྒྲོ་བྱེད་མཉམ་རྗེས་ཁོར་ཡུག་འདྲེས་གཉིད་  
 རྩས་འབྱུལ་བའི་དྲི་མ་ཕྱ་མོ་ཡོད་པ་ནི་མི་སྒྲོལ་ཆུང་དུ་རི་རྒྱལ་འབྱོར་ཞེས་བྱ་དེ་ཉིད་  
 ཡིན་ཞེས་པས་ལམ་འོག་མ་རྒྱུ་རྗེས་ཐོབ་གྱི་རྩལ་ལ་བསོད་ནམས་དང་ཡེ་  
 ཤེས་གྱི་ཚོགས་དཔག་ཏུ་མེད་པར་རྫོགས་པའི་མཐུ་ལས། །འདོད་ཁའི་ལྷ་བ་ལུང་རིག་  
 གི་དངོས་པོས་རྟག་ཏུ་བཟོད་པ་བྱུང་འཇུག་དང་། གཉིས་མེད་དང་། བརྗོད་བྲལ་  
 ཅམ་དུ་འང་འཛིན་པའི་ཁས་ལེན་མཐའ་དག་རང་སར་ཞིག་སྟེ་ད་ལྟོ་ཤེས་པ་གྲུ་མ་  
 ཉམས་ཤིང་མདོག་མ་བསྐྱར་ལ། སྒྲོས་མ་བྱས་པའི་ཡེ་ཤེས་གྱི་ངོ་བོར་བསྒྲོམ་བྱ་  
 རྒྱལ་ཅམ་མི་འདུག་པ་ལ་སྒྲོམ་བྱེད་གང་ནས་རྟོག་མཉམ་པར་བཞག་བྱ་འཛིན་བྱེད་དང་  
 བྲལ་བ་ལ་རྗེས་ཐོབ་གང་ནས་འཛོལ། ལྷ་བ་བཟང་པོ་བྱུངས་ནས་དོན་པ་ལ་དྲན་  
 པས་གང་ལ་འཛིན། ཡེངས་ཡུལ་ཚོས་ཉིད་དུ་སོང་བ་ལ་ཡེངས་མཁན་སྤྲུལ་བྱེད།  
 དགོངས་པ་གྲོང་ནས་གྲོལ་ཏེ་གཏད་མེད་ཡེ་འབྱུམས་སུ་སོང་བ་ལ་བྱ་རྩེ་གང་ནས་  
 བསྐྱབ། ལའོར་འདས་གྱི་སྤང་ཆ་ཇི་ལྟར་ཤར་ཡང་ཞེན་མེད་ལྟན་གྱུ་བྱ་ཏུ་མྱོང་བ་  
 ལ་དྲན་པའི་སོ་བ་གང་ལ་འཇུགས་སྒྲོམ་པའི་ཞེ་འདོད་མིང་ནས་ཞིག་པས་བཞག་པས་  
 ཚོག་གོ། །འཛིན་རྒྱ་ནི་མེད་དེ་ལྟན་གྱུ་བྱ་ཏུ་འདུག་གོ། །ཡོད་པ་ནི་མ་ལག་སངས་བཟུང་  
 དང་བྲལ་ལོ། །མེད་པ་ནི་མ་ལག་སངས་རྒྱས་གྱི་དགོངས་པ་ལགས་སོ། །ད་རེས་



གློང་ཆེན་རབ་འབྱམས་ཀྱི་བུ་རྒྱུད་དུ་སྔོང་བས་རང་ཉིད་གཅིག་ཕུར་བྲག་ལྷག་ནང་དུ་  
ཆེག་དགོད་ཤོར་ནས། །ཨ་ལ་ལ་རྟོ། །ཨ་ལ་ལ་རྟོ། །ཨ་ལ་ལ་རྟོ། །ཞེས་མགྱིན་པ་  
ལྷངས་སྟོད་ཀྱི་ལོ་ཁོར་ལོ་འི་རྩ་རྩ་བརྩུངས་སོ། །དོན་རྩོད་ས་ཆོག་ལ་ཞེན་པ་བྱེད་ཅིག་  
གིས་བལྟས་ན་ཏ་ཤང་གི་ལྟ་བ་ཨི་ཡིན་སྟམ་པ་ལོས་ཡོང་ངོ་། །བོན་བོའི་ལྟ་བ་ཨིན་  
པ་འདྲ་དགོངས་པ་ལོས་ཡོང་ངོ་། །གཅེར་བུ་རྒྱུད་འཕེན་པའི་གྲུབ་མཐའ་ཨིན་པ་འདྲ་  
སྟམ་པ་འདུག་གོ། །ཉེ་ཉེ་དབུ་མ་རབ་རྩ་མི་གནས་པ་ཡང་འདི་གར་འདུག་གོ། །ཕྱག་  
རྒྱ་ཆེན་པོ་སྟོ་ལས་འདས་པ་ཡང་འདི་གར་འདུག་གོ། །ཚོགས་པ་ཆེན་པོ་གདོད་ནས་  
རྣམ་དག་ཀྱང་འདི་གར་འདུག་གོ། །གཞི་མེད་ཅུ་བྲལ་གྱི་གདོན་ཆེན་རྣལ་འབྱེར་པའི་  
སྟོང་ལ་ཞུགས་ནས་ཅི་བྱེད་མི་གདའོ། །ཀྱན་གཞིའི་རྣམ་ཤེས་ཆོས་སྐུར་ཐིམ་པའི་  
སྟོན་པ་ལ་གཟའ་གཏད་ཀྱི་དྲན་པ་ཡོད་པ་མ་ལགས་པས། །བུ་རྒྱུད་དང་བྱེད་རྒྱ་མེད་  
པའི་ངང་ལ་འདར་ཉལ་བྱས་ཏེ་བསྟན་པས་ཡུལ་ལྗེའི་རང་གདངས་ཀྱི་ཤེས་པ་ཕྱ་མོ་དེ་  
ཉིད་ཡིད་ཀྱི་རྣམ་པར་ཤེས་པ་དང་འདྲེས་ནས་མི་གདའོ། །འདྲེས་པ་དེ་སྐར་ཡང་ཀྱན་  
གཞིའི་རྣམ་ཤེས་ཀྱི་སྐབས་སུ་རྒྱུད་པ་ལ་ཆོས་སྐུའི་འོད་གསལ་གྱི་མར་མེ་རང་འབར་  
བས་རང་བཞིན་གྱི་སྟོས་པ་དང་བྲལ་བར་གནས་སོ། །དེ་ལྟ་ནའང་ལྷག་མཐོང་གསལ་  
བའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་རྩལ་མ་ཚོགས་པས་སྐར་གྱི་ཀྱ་གཞིའི་སྐབས་སུ་འབྱམས་ནས་འོད་  
གསལ་གྱི་མར་མེ་དེ་ནི་ཤི་ནས་མི་འདུག་གོ། །དེའི་ཆོ་ཡིད་ཤེས་ཁོ་གཅིག་ཕུར་ལངས་  
ནས་མི་ལམ་གྱི་གྲོང་ཁྱེར་ག་ལ་བ་དེར་བྱིན་ནས་སྤང་བ་དཀར་དམར་ཆོགས་ཀྱི་བསྐྱུས་  
པ་ཞིག་བྱུང་བས་འབྲུལ་པའི་ཆ་ཤས་གཤིག་ད་རུང་འདུག་གོ། །ཞེས་རང་ཉིད་ཀྱིས་  
ཇི་ལྟར་མཐོང་བའི་སྟེང་ནས་མིང་ཆོག་གིས་དྲངས་ནས་གསལ་ལ་དབྱིངས་ཆེ་བར་བཤད་  
པ་སྟེ། མ་དུ་སྐྱུ་དྲ་བས་སྒོམ་མེད་རྒྱུད་དུའི་མིང་འདོག་ཙམ་ཆ་མཚུངས་སུ་སྟོར། །གཉིས་  
པ་མི་སྟོབ་འབྱིང་བོའི་རྣལ་འབྱེར་ནི། དེ་ཉིད་ལས། ཉན་མཆོན་ཀྱན་རྩུ་འོད་གསལ་

ལམ་ལུག་གཅིག་ཏུ་གྱུར་གཅིག་གི་འོད་གསལ་ཕྱ་མོ་ཉམས་སུ་གར་བ་ནི་མི་  
 སློབ་འབྲིང་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་བྱ་དེ་ཉིད་ཡིན་ཞེས་པ་ལ་འདི་སྐད་འཆད་དོ། །  
 ཉིན་སྐད་ལ་སྒྲ་མ་ལས་ལྷག་པའི་རྟོག་པ་ཞིག་བཅུ་ཉེར་མི་རྟེན་པ་ཞིག་ལགས་སོ། །  
 མཚན་སྐད་ལ་སྒྲ་མ་ལས་སྐད་མཆེད་ཀྱི་ཐིམ་རིམ་ལུགས་འབྲུང་ལུགས་ལྷག་གི་རྟེན་  
 འབྲེལ་སྒྲ་ཆོག་ལ་བརྟེན་མ་དགོས་པར། ཡུལ་ལྔའི་གཟུང་ཡུལ་རྒྱུ་པའི་ངང་ལས་  
 ཡིད་གསུམ་གྱི་རྩ་ལ་བག་ལ་ཞ་སྟེ་མུན་པ་ལྟ་བུའི་གཏི་མུག་གྱང་མ་ཡིན་ལ། གསལ་  
 ཆེའི་གོ་ཡང་མི་ཐུང་པའི་མིང་རྟོགས་པའི་འོད་གསལ་ཞིག་ལ་གནས་སོ། །དེ་ནི་  
 ལྷག་མཐོང་གསལ་བའི་ཡེ་ཤེས་ཀྱིས་སང་པར་མ་བྱས་ན་གཟུགས་མེད་སྟེ་མཆེད་མུ་  
 བཞིར་གོ་ལ་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་ཀུན་མཁྱེན་དོ་རྗེ་གཟེ་བཞིན་གྱིས་ངོ་སྟོན་མཛད་བྱུང་  
 བ་ཡིད་ལ་བཅགས་ནས་གྱང་ཆ་བརྟོན་པས་མི་མཛད་ཀྱི་བཞོད་པའང་གསལ་པ་ལམ་སྒྲ་མ་  
 པའི་སྐད་ཆ་གོ་མ་འགགས་ལ་འདྲ་ཤེས་གྱང་པོ་ལས་འདས་པ་ཞིག་བྱུང་ངོ་། །དེ་ནི་  
 གསལ་བའི་འོད་གསལ་གྱི་རང་བཞིན་ཡིན་ཏེ་ཆགས་ན་གཟུགས་ཁམས་སུ་སྟེ་བ་ཡིན་  
 ནོ་ཞེས་ཀུན་མཁྱེན་སྒྲ་མས་ཞལ་ཆེམས་སུ་བཞག་འདུག་པས་མཐའ་གྲོལ་གྲོང་ཡངས་  
 ཆེན་པོའི་གནད་ལ་རྒྱད་དུ་སློབ་པ་ཞིག་ལགས་སོ། །ཤལ་ལ་ལ་དོ་ །པ་ཨོ་རྒྱན་ཆོས་  
 རྗེའི་བྱིན་རྒྱལ་སྤངས་དང་། །མ་ཡེ་ཤེས་རྟེན་གྱི་འཕགས་རྗེ་ཡིས། །དབུ་མ་འོད་གསལ་གྱི་  
 །ཁང་མཛེས་ནང་། །ང་ཡི་དགོངས་པ་ཅོག་བཞག་ཆེན་པོར་འབྲེལ། །སྦྱིར་སྦྱིང་ཏིང་  
 །ཟབ་མོའི་བཀའ་དྲིན་དང་། །སྒྲོས་ཀུན་མཁྱེན་སྒྲ་མའི་དགོངས་གཏེར་གྱིས། །ངའི་  
 །ཉམས་སྦྱང་སོམ་ཉིའི་སྒྲོག་ལས་གྲོལ། །གྲོགས་གྲུབ་ཐོབ་ཆོག་གྱང་གཞོང་རྒྱ་མེད། །  
 ཆོག་དབྱུང་ལེགས་ཀྱི་སྦྱང་པའི་འབྲུག་སྒྲ་དང་། །དོན་ལག་བསྟར་གྱི་གསེར་ཁྱུན་  
 །དང་ས་མའི་བརྟུང་། །དེ་བསྐྱེས་གྱང་འདྲེས་པ་མ་ལགས་པས། །ངའི་མན་ངག་ལ་  
 །བཅོས་བསྐྱད་མ་བྱེད་ཅིག །ཐབས་ལམ་གྱི་བདེ་བའི་འོད་གསལ་དང་། །ཐོད་ཀྱལ་



གྱི་སྤང་བའི་འོད་གསལ་གཉིས། །འདིར་འཆད་པའི་སྒྲུབས་སུ་མ་བབས་པས། །མ་  
མཁའ་འགྱུརི་ཡང་ཉིག་དེ་ལ་དྲིས། །

གསུམ་པ་མི་སློབ་ཆེན་པའི་རྣལ་འབྱོར་ནི། དེ་ཉིད་ལས། གཉིས་སྤང་ཤེས་  
བྱའི་དྲི་མ་ཕྱ་མོ་དེ་ཟད་ཅིང་། གཞི་དང་ལམ་གྱི་འོད་གསལ་གཅིག་ཏུ་འདྲེས་པ་ནི་  
མི་སློབ་ཆེན་པོའི་རྣལ་འབྱོར་ཞེས་བྱ་དེ་ཉིད་ཡིན་། ཞེས་པས་ཕྱི་སྤང་བའི་ཡུལ་ཟད།  
ནང་འཛིན་པའི་སེམས་ཟད། ལས་དང་བག་ཆགས་ཀྱི་མཐའ་སྟོངས་ཏེ། གདོད་མ་  
གཞིའི་གནས་ལུགས་ལའོར་འདས་ཀྱི་སྒྲོས་སྒྲོ་མ་བཏགས་ཤིང་། ལྷུལ་གྲོལ་གྱི་ས་  
མཆོམས་ལས་འདས་པ། ཅི་ཡང་མ་ཡིན་ལ་ཅི་ཡང་བྱར་བརྟུབ་པ། གཞི་ཐོག་ནས་  
ཆོས་དྲུག་གིས་སངས་རྒྱས་པའི་ཡེ་ཤེས་འོད་གསལ་གྱི་སྒྲུབས་རང་བཞིན་གྱི་རྣམ་པར་  
དག་པ་དེའི་ངང་དུ་ད་ལྟའི་ལམ་གྱི་རིག་པ་བཟང་རྟོག་ངན་རྟོག་ལུང་མ་བསྟན་གསུམ་  
ཀའི་སྒྲིན་ཡོན་དགག་སྒྲུབ་ལས་འདས་པ་ནམ་མཁའ་དངས་པའི་གྲོང་ལྷ་བྱ་འདི་འདྲེས་  
པས། བསྒྲོམ་བྱའི་ཆོས་མེད། གྲང་དོར་གྱི་རིས་མེད། ཡིན་མིན་གྱི་རྩིས་མེད། ས་  
ལམ་གྱི་འབྲང་མེད། སྤྱ་གསུམ་འདྲུ་འབྲལ་མེད་པའི་ངང་དུ་ཉིན་མཆོན་རིས་མེད་དུ་  
ལ་བསྒྲོས་པ་ཞིག་ལ་ཟེར་བ་གདའ་སྟེ། རྟོགས་ཆེན་སེམས་སྟེ་ལས་ལྷན་གྲུབ་གྱི་  
ཉམས་ཏིང་ངེ་འཛིན་བྱན་མཆོམས་ལས་འདས་པ་ཞེས་འཆད་ལ། མ་དུ་མུ་དྲུའི་སྒྲོམ་  
མེད་ཆེན་པོ་སྟེ་མན་ངག་དངོས་ནི་སྤྱིང་ཉིག་གི་དགོངས་པ་དང་སྦྱར་ནས་བཤད་པས་  
ཁུད་པར་ཅུང་ཟད་ཡོད་པར་ཤེས་དགོས་སོ། །འདི་ལྷ་བྱའི་དགོངས་པ་དེ་སུ་ལ་མངའ་  
ན་གྲུབ་ཐོབ་ཆེན་པོ་རྣམས་ལའང་མན་ལ་ལམ་བྱུང་བའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག་པས་རྒྱལ་དབང་  
མཆོ་སྦྱང་དོ་རྩེ་དང་། བཀྲ་ཆེན་བི་མ་ལའི་དགོངས་པའི་གྲོང་ཆེན་པོར་འབྲིལ་བར་  
རྟོགས་པས་སྦྱན་སྒྲོམ་སུ་ཅོར་སྦྱ་བ་རྣམས་ཕུ་ཐག་མ་ཆོད་པའི་ཅལ་ཅལ་འུར་སྐད་དུ་མི་  
སྦྱ་བར་བག་ཡོད་པར་བབྱིད་ན་ཅི་མ་རུང་སྒྲུམ་པ་ཤར་ཏེ་ཡི་གེར་འགོད་པའང་ཐལ་

ལོ། །སྒྲ་བས་འདིར་ཕར་ཕྱིན་ཐེག་པ་དང་བསྐྱེད་ན། སྒྲོབ་ལམ་བཞིར་བསྐྱབ་བྱའི་  
 ཆོག་ས་གཉིས་མཐར་ཐུག་པས་སྒྲ་བས་རྟོགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མ་ལུས་པ་མངོན་དུ་གྱུར་ཏེ།  
 ཐེན་ལས་ཐུན་སུམ་ཆོག་ས་པས་འགྲོ་བ་མཐའ་དག་བྱང་ཆུབ་གསུམ་ལ་འོད་པ་སྟེ། དེའི་  
 རོ་བོའི་རྟེན་གྱི་ཁྱད་ནི་སྒྲ་གསུམ་ཡིན་ལ། དང་པོ་ཆོས་སྒྲུ་ལ་དབྱེ་ན་གཉིས་སུ་ཡོད་  
 པས་སྒྲར་སྒྲིན་བྱེད་ཀྱི་མཐར་བཤད་ཟིན་ལ། བརྗོད་བྱ་རྒྱས་པ་ནི་མངོན་རྟོགས་  
 རྒྱན་དང་། རང་བཞིན་གྱི་རྣམ་དབྱེ་ནི་ཀྱན་མཁུན་སངས་རྒྱས་གཉིས་པས་གསང་  
 རྒྱད་ཀྱི་དགོངས་པ་རྒྱ་མཚོ་ལྟ་བུར་དབྱད་གསུམ་དག་པའི་གྲུ་གཟིངས་ཀྱིས་བཀྲལ་ནས་  
 བཤད་པའི་ཐུར་བདག་འདྲས་སྒྲོས་ཅི་འཆལ་ལོ། །གཉིས་པ་ཡོངས་སྒྲུ་ནི། ལམ་  
 བའི་ཆ་ཀྱན་གཞི་ཆོག་ས་བརྒྱད་དང་བཅས་པ་དབྱེངས་སུ་རྩལ་པས་ཆོས་སྒྲུ་དང་རོ་བོ་  
 གཅིག་གྱུང་། སྒྲ་ཆའི་ཡོན་ཏན་མ་ལུས་པ་རྟོགས་ཏེ་ངེས་པ་ལྟ་དང་ཁ་སྐྱོར་ཡན་  
 ལག་བདུན་ལྟ་གྱི་ཚུལ་གྱིས་རྟག་པ་རྒྱན་དུ་བཞུགས་པ་སྟེ། དེ་ལ་ངེས་པ་ལྟ་ནི།  
 གནས་ངེས་པ་འོག་མིན་སྒྲུ་པོ་བཀོད་པར། སྟོན་པ་ངེས་པ་མཆོན་དཔེ་རྟོགས་པའི་  
 རྣམ་པར་སྒྲ་མཛད་ཀྱིས། །ལམ་ངེས་པ་ས་བརྩའི་སེམས་དཔའ་ལ། ཆོས་ངེས་པ་  
 ཐེག་པ་ཆེན་པོ་འབའ་ཞིག །དུས་ངེས་པ་རྟག་པ་རྒྱན་གྱི་ལམ་ལམ་ཐུན་སུམ་ཆོག་ས་  
 པ་ལྟའི་རང་བཞིན་གྱི་སྟོན་ལ། སྒྲ་གསུམ་ཡན་ལག་བདུན་ལྟ་ནི། སེམས་ཅན་ཀྱན་  
 ལ་བརྩེ་བའི་ཐུགས་རྗེས་རྒྱན་མི་ཆད་ལ། ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོས་ཐུགས་རྒྱད་ཡོངས་སུ་  
 གང་བ། འགོག་པ་མེད་པ་སྟེ་སྒྲུ་ལ་སྒྲུའི་ཡན་ལག་གསུམ། སྟོང་ཉིད་སྟོང་རྗེ་བྱང་འཇུག་  
 སྒྲོས་པ་ཐམས་ཅད་དང་བྲལ་བ་རང་བཞིན་མེད་པ་སྟེ་ཆོས་སྒྲུའི་ཡན་ལག་གཅིག་ཟབ་  
 རྒྱས་སྒྲུགས་ཀྱི་ཆོས་ལམ་ལ་རྟག་པར་ཡོངས་སྒྲུད་པ་དང་། ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྒྲུ་རང་འོད་  
 ཀྱི་ཡུམ་དང་སྒྲུར་བས་ཁ་སྐྱོར། ཟག་མེད་ཀྱི་བདེ་བ་ཆེན་པོ་རྒྱན་ཆད་མེད་པ་སྟེ་ཡོངས་  
 སྒྲུའི་ཡན་ལག་གསུམ་དང་བདུན་ནོ། །



གསུམ་པ་སྤྱལ་སྤྱོ་ནི་ཡོངས་སྤྱོ་དབྱིངས་ཆོས་སྤྱོ་རང་ལས་མ་གཡོས་བཞིན་  
 དུ་གདུལ་བྱའི་ངོར་གང་འདུལ་གྱི་སྤྱལ་པའི་རོལ་པ་ཆད་མེད་པས། དབྱེན་གསུམ།  
 མདོ་ཐེ་རྒྱན་ལས། བཟོ་དང་སྤྱོ་བ་དེ་བཞིན་དུ། །བྱང་ཆུབ་མཆོག་གི་སྤྱལ་པ་སྤྱོ། །  
 སངས་རྒྱལ་སྤྱལ་པའི་སྤྱོ་འདི་ནི། །རྣམ་པར་གྲོལ་པའི་ཐབས་ཆེན་པོ། །ཅེས་སོ། །  
 དེའི་ཕྱིར་ལུགས་དང་། བྱིས་དང་སློགས་བམ་ལ་སོགས་པ་ཐམས་ཅད་ནི་འགྲོ་བའི་  
 བསོད་ནམས་འཕེལ་བའི་ཕྱིར་བཟོ་སྤྱལ་པའོ། །དེ་ས་པ་ལ་སོགས་པར་སྤྱལ་ནས་  
 བྱང་དང་མུ་གེ་ལ་སོགས་པ་སྤྱོ་བ་པའི་སྤྱོ་བ་སྤྱལ་སྤྱོའོ། །མཆོག་གི་སྤྱལ་སྤྱོ་ནི་མཛད་  
 པ་བཙུ་གཉིས་ལ་སོགས་པ་སེམས་ཅན་འདུལ་བ་འགྲོ་བའི་སྤྱོ་མ་ཤུག་སང་གེ་ལྟ་  
 སྤྱོ། རྒྱུད་སྤྱོ་མ་ལས། ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོས་འཛིག་རྟེན་མཁྱེན། །འཛིག་རྟེན་ཀྱན་ལ་  
 གཟིགས་ནས་ནི། །ཆོས་ཀྱི་སྤྱལ་སྤྱོ་མ་གཡོས་པར། །སྤྱལ་པའི་རང་བཞིན་སྤྱོ་ཆོགས་  
 ཀྱིས། །སྤྱོ་བ་མངོན་པར་སྤྱོ་བ་དང་། །དགའ་ལྷན་གནས་ནས་འཕོ་བ་དང་། །ལྷུ་མས་  
 སུ་ཞུགས་དང་བལྟམས་པ་དང་། །བཟོ་ཡི་གནས་ལ་མཁས་པ་དང་། །བཙུན་མའི་  
 ལའོར་དགེས་རོལ་པ་དང་། །དེས་འབྱུང་དཀའ་བ་སྤྱད་པ་དང་། །བྱང་ཆུབ་སྤྱོད་པར་  
 གཤེགས་པ་དང་། །བདུད་སྤྱོ་བཅོམ་དང་རྗོགས་པར་ནི། །བྱང་ཆུབ་ཆོས་ཀྱི་ལའོར་  
 ལོ་དང་། །སྤྱོ་རན་འདས་པར་གཤེགས་མཛད་རྣམས། །ཡོངས་སུ་མ་དག་ཞིང་རྣམས་  
 སུ། །སྤྱོད་པ་ཇི་སྤྱོད་གནས་པར་སྤྱོད། །ཅེས་སོ། །དེ་དག་གི་བརྟེན་པ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་  
 རང་བཞིན་ནི། །གཞུང་ལུགས་ཆེན་པོ་རྣམས་སུ་ཤེས་ལ་བྱུང་པར་ཀྱན་མཁྱེན་ཆེན་  
 པོའི་མན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས་རྣམས་སུ་རིག་པར་བྱའོ། །དེ་ལྟ་ནའང་དེང་བརྗོད་  
 བྱའི་ལམ་གྱི་གཙོ་བོ་རྗོད་ཇེ་ཐེག་པའི་བསྐྱབ་བྱ་སྤྱོ་གསུམ་རང་ཆས་ཀྱིས་མཆོན་ཉིད་ནི།  
 རྗོད་ཇེ་ཆོག་རྟུང་ལས། རིག་སྤྱོད་དབྱེར་མེད་གང་དེ་ཆོས་སྤྱོ་ཉག་གཅིག་ཡིན་ རིག་  
 པའི་ངོ་བོ་ཅིར་ཡང་མ་གྱུབ་སྤྱོད་པ་ཉིད་ ངོ་བོ་སྤྱོད་པ་ཆོས་ཀྱི་སྤྱོ་ཞེས་དེ་ལ་བརྗོད་

རང་བཞིན་མ་འགགས་ལོའི་འདས་ཀྱི་ཏུ་རང་གསལ་བ་ རང་བཞིན་གསལ་བ་  
 ལོངས་སྤྱོད་ཐོག་སྤྱོད་དེ་ཉིད་ཡིན་ རིག་པའི་ཆོ་འཕྲུལ་མ་འགགས་ཅིར་ཡང་འཆར་  
 བ་ནི་ ཐུགས་རྗེ་མ་འགགས་སྤྱུལ་པའི་སྤྱོད་ཆེས་དེ་ལ་བརྟེན་ དེ་གསུམ་དབྱེར་མེད་  
 རོ་མཉམ་བསམ་བརྟེན་བྲལ་བ་ནི་ རོ་བོ་ཉིད་སྤྱོད་ཆེས་བྱ་དེ་ལ་བརྟེན་པ་ཡིན་ རང་  
 རིག་རོ་བོ་ཅིར་ཡང་མ་གྲུབ་མཁའ་ལྟར་དག་ དང་པའི་སངས་རྒྱས་ཆོས་སྤྱོད་ཐུག་ལེ་  
 ཉག་གཅིག་ཡིན་ ཆེས་གསུངས་ལ་རྟོག་ཐེག་པའི་གྲོལ་སའི་མཐར་ཐུག་འདི་ཁོ་ན་  
 ཡིན་པས་ལོའི་འདས་སོ་སོའི་འཕྲུག་ལྟོག་ཐམས་ཅད་ཀྱི་རྩ་བ་རང་རིག་ཡེ་ཤེས་ཆེན་  
 བོར་ལ་བརྟེན་པ་ཞིག་གི་ཉམས་ལེན་ལ་ལག་བཅངས་སྤྱོད་པ་འོ་སྤྱོད་རྣལ་འབྱེར་  
 པའི་ལམ་ཡིན་པས་ཐར་ཕྱིན་གཞུང་ལུགས་པའི་འགལ་གྲུབ་བརྟེན་པ་ལྟོག་གི་རྟོག་པའི་  
 དྲ་བ་དང་། ས་ལམ་གྱི་གཟེབ་ཏུ་ཆུད་པའི་ངལ་བ་མཐའ་དག་ལས་གྲོལ་བའི་སྤྱོད་པ་  
 རྒྱན་ཆད་མེད་པ་ཞིག་ལགས་སོ། །དེ་ལྟར་ནའང་གཞུང་ལུགས་པར་སྦྱོར་སེམས་ཆེ་བ་  
 དག་གིས་རྟོག་ཐེག་པའི་ལམ་ལ་ཡིད་གཉིས་བྱ་བའི་ཅ་ཅའི་འགལ་སྤྱོད་དང་རྣལ་འབྱེར་  
 པས་ལམ་གྱི་གནད་རྩུང་བྱེད་ཅམ་ཡང་མི་ཤེས་པར་དོགས་པའི་ཉེས་པ་འགགས་ཕྱིར་  
 ས་རོལ་ཕྱིན་པའི་ལམ་ལ་གོམ་པའི་འདེགས་འཛིན་ཅམ་ཡང་བསྐྱར་མ་ལྟོང་སྟེ་སྤྱོད་  
 ཆེན་རིག་པའི་རྩལ་གྱི་རྣམ་པར་དབྱེད་ནས་དབྱེད་མའི་རྩ་མདུད་གྲོལ་བའི་ལག་རྗེས་སྤྱོད་  
 ཐུགས་པ་ལགས། སྤྱིར་སྤྱོད་པ། དེ་ལྟར་དེ་ཆོག་འོད་ཟེར་བརྒྱ་བ་ལས། །ལེགས་  
 འོངས་མཆིད་ལན་པདྨ་དཀར་པོ་ནི། །དགོས་འབྲེལ་མེད་པའི་ངག་གིས་བསྐྱུགས་པ་  
 མིན། །དེས་པའི་དོན་ལ་སྦྱར་བའི་ཕོ་ཉ་ཡིན། །ཤེས་རབ་གསུམ་གྱི་ལུས་སྟོབས་ཆེ་  
 བའི་མཁས་གྲུབ་སྤྱོད་ཆེན་གཟིམས་པ་ལས། །མདོ་སྤྱུགས་གཞུང་ལ་རྣམ་པར་དབྱེད་  
 པའི་སོར་རྟོག་ཡེ་ཤེས་མིག་ཟུམ་ལ། །ཟབ་དང་རྒྱ་ཆེའི་ཆོས་ཚུལ་གནད་ལ་རྟོག་  
 བཟགས་འགལ་འདུའི་གྲུབ་མཐའ་ཡིས། །ཞོར་འཛིན་བུ་མའི་ལྟོ་བ་སྤྱོད་ཆེ་དེས་



དོན་མན་ངག་འདི་བྱས་སོ། །ཐོས་བསམ་རྒྱ་མཚོ་ལམ་གྱི་གྲོགས་ཡིན་ལ། །བསྟན་  
 པའི་སྒྲིང་པོ་སྐྱབ་པར་བསྟགས་ན་ཡང་། །རྒྱ་ཆེའི་གཞུང་ལ་དབྱེད་པ་ཆེས་དགོན་  
 ཞིང་། །གལ་ཏེ་སྤྱིད་རྣམས་རྣམ་གཡེང་དགའ་མས་སྟོས། །དེ་ཕྱིར་དབྱེད་གསུམ་དག་  
 པའི་མ་ཁྱི་ཀམ། །དེས་དོན་དངོས་གྲུབ་རྒྱ་མཚོའི་འཇུག་དོགས་མཚོག། །ཟབ་དང་རྒྱ་  
 ཆེའི་འོད་སྟོང་བཅུད་འདྲིལ་བ། །དེད་དཔོན་གྲུབ་པའི་དཔའ་བོས་སྤངས་དེ་མཚར། །  
 དོན་རྒྱུད་བྱིན་རྒྱབས་ལབས་ཀྱིས་བྱན་པ་ཡིས། །ཀ་དག་བདུད་རྩིའི་ཉིང་ཁུ་འཐུངས་  
 པ་ལས། །ཆོས་ཟད་རྟོགས་པས་སྟོས་པའི་རྒྱུད་གྲུ་དེར། །གྲུབ་པའི་རིག་འཛིན་ཡོད་  
 ན་གསན་པར་རིག། །རྣམ་གཡེང་ཆང་ཆེང་ནགས་ཀྱི་བས་མཐའ་སྤྱ། །ཉོན་མོངས་རྩེ་  
 འཛོམ་རོལ་དང་ཆབ་གཅིག་པར། །མཐུན་འཇུག་ལག་རྒྱུང་གར་གྱི་འཚོ་བ་ཡིས། །  
 ཡལ་གའི་རི་དྲགས་རྣམས་ལ་འདི་མ་འཚལ། །སྤྱིད་པ་རྩ་གིང་ལྷ་ལུང་གྲོང་ཁྱེར་ནས། །  
 གཡའ་གངས་བྱག་རིའི་གམ་དུ་བྱོས་ནས་ཀྱང་། །འོད་གསལ་ཉིང་འཛིན་གྲུབ་པ་དོན་  
 གཉེར་བའི། །སྐལ་བཟང་གྲོགས་རྣམས་མཉེས་པའི་དགའ་སྟོན་མཛོད། །ཆོ་འདི་  
 མི་རྟག་ལ་ཁའི་ན་ལུན་འདྲ། །སྟེ་འཆིའི་སྤང་རྩལ་བར་སྤང་གྲོག་ལས་སྤྱར། །འཁོར་  
 བ་གང་ལ་བརྟགས་ཀྱང་དུམ་ཁའི་གཞིར། །དེས་བས་མི་ཆེའི་ལྷག་མ་རྩུད་མི་གསོན། །  
 ཏ་ཅང་ཐོས་པར་ཞེན་ཡང་གྲོལ་བ་མིན། །འཆད་རྩྱུད་རྩྱུམ་ལ་ཨ་འཐས་རྩྱུམ་སེམས་  
 རྒྱ། །དེ་ཕྱིར་འདྲུ་འཛོམ་དབེན་པའི་བྱག་སྦྱིབས་སྤྱ། །དབྱིངས་རིག་བསྐྱེད་བ་སྤྱང་  
 པའི་མདུན་མ་ཡིན། །འབྱུང་འགྱུར་ལུང་གི་ར་སྒྲ་མཐུ་ཆེ་བས། །འཚོ་བའི་འདྲུ་བྱེད་  
 འཕྲོག་པའི་ལ་སྟོན། །བོས་ཏེ་རིང་བོར་མི་ཐོགས་བཀྱམ་ན་ཡང་། །གོང་མའི་གྲུབ་  
 མཐའ་སྟོགས་ནས་སོང་བར་དེས། །ད་ལྟ་ལས་ཀྱིས་འབྲེལ་བའི་མཆོད་ལུམ་དང་། །  
 ཕྱི་མཐར་བདག་ལ་དགའ་བའི་རྗེས་འཇུག་ཀྱན། །གཅིག་ཕུར་སྒྲིང་པོའི་སྐྱབ་པ་ལྟར་  
 ཡོན་ལ། །ཁོ་བོའི་སྟོང་ཡིག་རྣམས་ལ་ནན་ཏན་གཟིགས། །དབང་ཆེན་མཁྱེན་བརྩེའི་

འོད་ཟེར་ན་ཕྱ་ཡང་། །གྲུ་རུས་བྱིན་བསྐྱབས་སྒྲོང་ཆེན་ཐུགས་གྱིས་བཟུང་། །ཐོས་བསམ་  
གོམ་པའི་ན་ཆོད་བསྐྱེད་བ་དེས། །གདམས་པའི་གནད་ལ་འཕྱུགས་པ་མེད་པར་དེས། །  
དབེན་པར་བག་ཡངས་སྒྲོད་པས་ལ་བསྐྱུས་ཤིང་། །གད་དུན་ཐོལ་བྱུང་སྒྲུས་པའི་མཐུ་  
བརྟས་ལས། །རེ་དང་དོགས་པའི་ཐོལ་གྱིས་མ་སྒྲེས་ཕྱིར། །འོངས་ན་འཆགས་སོ་ཆོས་  
གྱི་དབྱིངས་སུ་མཉམ། །ལྷག་བསམ་དཀར་པོའི་ཆུ་ཁུར་ཁུ་བ་ལས། །མན་ངག་  
བདུད་རྩིའི་ཟིལ་མངར་བབས་པ་དེས། །ཉོན་མོངས་བག་ཆགས་ཆ་གདུང་བསལ་  
ནས་ཀྱང་། །རང་སྣང་གདོད་མའི་མགོན་པོར་བྱང་ཆུབ་ཤིག། །

ཧྲིེ་ གནས་ལུགས་དོ་རྗེའི་ཚིག་རྒྱུད་བཞུགས་པ་དཔལ་གྱི་དུ་བཟང་པོ་ལ་ཕྱག་  
འཆོལ་ལོ་ གཞི་ཡི་གནས་ལུགས་སྒྲིས་དང་བྲལ་ གཞི་སྣང་རིག་པ་ཆོས་གྱི་སྒྲི་  
ལམ་ལ་བྱ་རྩེལ་ཡེ་ནས་དག་ དེ་ཉིད་མཛོན་གྱུར་གྲོལ་སུ་ཆེ་ འབྲས་བུ་གུད་དུ་བཅད་  
མ་ཡིན་ འབྲས་ཉིད་རྒྱ་རུ་ཡོད་པའི་དུས་ ཆམ་གྱིས་གནས་པ་ཞི་གནས་ཡིན་ ཐོལ་  
གྱིས་ཤར་བ་རིག་པའི་གདངས་ རྟོག་གིས་རིག་པ་ལྷག་མཐོང་ཡིན་ ཅེར་གྱིས་ཡལ་  
བགདོད་མའི་ངང་ གཞུག་མར་གནས་པ་ཆོས་གྱི་སྒྲི་ ཤེས་བཞིན་འཆར་བ་ལོངས་སྒྲོད་  
རྫོགས་ གནས་འབྱུ་གཉིས་མེད་སྒྲུལ་པའི་སྒྲི་ སྒྲུ་གསུམ་རིག་པ་དེ་ལ་ཟེར་ ལྟོད་  
དེ་གནས་ལ་དེར་འཛིན་མེད་ རྟོག་གེར་འབྱུ་བ་ངོས་བཟུང་བྲལ་ ལྟོང་ངར་གྲོལ་ལ་  
རྗེས་ཤེས་མེད་ སྒྲུ་གསུམ་ལུན་གྱུ་བ་དེ་ལ་ཟེར་ ལྟོ་བ་མེད་ལ་བྱིང་གོད་བྲལ་ སྒྲོམ་  
པ་མེད་ལ་ལྷུ་མས་སུ་ཞུགས་ སྒྲོད་པ་མེད་ལ་གཟའ་གཏད་བྲལ་ རྣམ་འབྱོར་དབང་  
ཕྱག་དེ་ལ་ཟེར་ ཐོལ་གྱིས་ཤར་བའི་རྣམ་རྟོག་དེ་ རིག་ཅིང་དེ་ཁའི་རྒྱན་སྒྲོང་ན་  
གཤེས་ལ་ཤོར་བའི་ལྷག་མཐོང་ཡིན་ མིང་ལ་རྗེས་ཐོབ་འདོག་ན་ཐོགས་ རྣམ་  
རྟོག་ཆོས་སྒྲུར་གྲོལ་བ་མིན་ ཐད་ཀར་རྩ་གདར་ཆོད་པ་དགོས་ ཡེ་ནས་རིག་པ་  
སྒྲིས་བྲལ་ལ་ ལྟོ་སྒྲོམ་སྒྲོད་པའི་ཐ་སྣང་དང་ དེར་འཛིན་གཞི་རྩ་མེད་པར་སངས་



བཟང་ཉོག་ངན་ཉོག་ལུང་མ་བསྟན་། གང་གི་ཕྱོགས་སུ་མ་ལུང་ཞིང་། ཤར་གྲོལ་  
 དབྱེ་བའི་མཁན་པོ་མེད་། ཤེས་རིག་རང་ཚུགས་མ་ཤོར་ན་། འདི་ལས་ལྷག་པ་གཞན་  
 མ་དགོས་། མཁས་བརྩན་བརྩུ་དང་གྲུབ་ཐོབ་སྟོང་། ལོ་པར་བྲི་དང་མན་ངག་འབྲུམ་  
 བསྟན་བཅོས་བྱེ་བ་ས་ཡ་དང་། མཇལ་གྲུང་ཐེ་ཚོམ་བཅད་མ་དགོས་། ས་མ་ཡེ་རྩ་  
 ཐིམ་། ལུ་གཅིག་མཁྱེན་བརྩེའི་འོད་ཟེར་ལ་། ཤེས་རིག་ཀྱན་རྟུ་བཟང་པོ་ཡིས། །བྱིན་  
 ལྷབས་དགོངས་བརྩུད་ཚུལ་རྟུ་གནང་། ཀྱན་ལ་མ་སྟོན་སྟོང་གར་སྟོས་། དེ་སྐད་འོག་  
 མིན་ལུག་ལུག་རྟུ་། ཆོས་འབྲུལ་ཟླ་བའི་ཉེར་དུག་གི་། ལུན་མཚམས་མཁའ་འགྲོ་འདྲུ་  
 བའི་ཆེ་། རིན་ཆེན་སོག་སྐྱུའི་ལོགས་སུ་པབ་། སྟན་བརྩུད་ཟབ་མོ་ཨ་ཐམ་རྒྱ་། འདི་  
 ཁོ་ན་འོ་། འདི་ཁོ་ན་འོ་། འདི་འོ་དོན་འགྲེལ་ཀྱན་མཁྱེན་ཞལ་ལུང་། འདི་

༡༡༡། །རིག་འཛིན་མཁའ་འགྲོ་དགེས་པའི་གསང་གཏམ།  
 ཡིད་དཔྱོད་གྲུབ་མཐའ་འཛིན་པའི་ཐོ་ལུམ། སྒྲིང་ཕྱག་  
 ལག་མཐིལ་བཀྲམ་པའི་མན་ངག་གསང་བདག་  
 དགའ་རབ་དཔའ་བོའི་ཐོལ་གྱ། ཀུན་  
 མཁྱེན་ཞལ་ལུང་བདུད་རྩིའི་ཐིགས་པ་  
 ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

༡༡༢། །དཔལ་གདོད་མའི་མགོན་པོ་ལ་ཕྱག་འཆལ་ལོ། །གང་གི་རང་བཞིན་ལྟ་  
 སྒྲོམ་སྒྲོད་འབྲས་དང་། །བྱ་རྩལ་འཛིན་ཞེན་རང་སངས་གཞུག་མའི་སྒྲོང་། །ཐེག་པ་  
 ཀུན་དང་མི་འདྲ་ས་ལམ་ཚོགས། །ཨ་ཏི་གསང་བ་ཆེན་པོར་ཕྱག་བགྱིའོ། །རིག་  
 པའི་རྒྱུད་སྡེ་རང་བཞིན་ཚོགས་པ་ཆེའི། །རྣལ་མའི་དགོངས་པ་རིག་འཛིན་ཐུགས་  
 གྱི་བརྩུད། །མཁའ་འགྲོའི་སྒྲིག་ཏིག་སྒྲོང་ཆེན་རབ་འབྲམས་མཛོད། །འདི་ནི་སྒྲིང་  
 དང་མིག་ལས་ངེས་པར་གཅེས། །དེང་སང་འདི་ན་ལོ་ཟླ་ཇི་སྟེད་དུ། །ལམ་ལ་ཞུགས་  
 སྒྲོམ་ལྟག་མཐོང་རྟོག་མེད་གྱིས། །མ་ཟེན་དཔྱོད་པའི་འདུ་ཤེས་གྲུང་པོ་ཡིས། །བསྐྱུས་  
 དག་ཡང་དག་ལམ་ལ་གཟུང་ཕྱིར་བཤད། །རང་ལྟ་མཆོག་འཛིན་ང་རྒྱལ་བདུད་གྱི་  
 སྒོས། །མཐོང་མ་ཐག་ཏུ་སུན་འབྱེན་མ་སྤྲོ་བར། །གཟུ་བོའི་སྒོ་ཡིས་རུང་ཟད་ཡིད་  
 གཞུངས་ལ། །ཇི་ལྟར་བདག་གིས་རྟོགས་བཞིན་བཤད་གྱིས་ཉོན། །ཞེས་གདམས་  
 ཏ། །དེ་ལ་བགྲང་བྱའི་ཁུར་མང་པོར་དབེན་པའི་བརྟུལ་ཞུགས་གྱིས་དུབ་པའི་སྒྲོམ་  
 ཆེན་པ་ཇི་སྟེད་ཅིག་དང་། །དེ་དག་གི་བོགས་དབྱུང་པའི་བཤེས་གཉེན་ངེས་གསང་  
 ཚོགས་པ་ཆེན་པོའི་དོན་ལས་རིང་བ་ཡལ་གྱིས་སྒྲོམ་དོན་མཐར་ཐུག་གི་སྒྲུལ་སོགས་



གྲུང་དོ་ཤེས། འགྲུས་གྲུང་དོ་ཤེས་ན་དེ་ལས་གཞན་བའི་ཐུགས་དམ་ཞིག་མི་དགོས་  
 ཞེས་གསུང་གཅིག་ཏུ་བསྐྱར་བས་ཀ་དག་ཕྱོགས་ཡན་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་ལ་སྤྱི་འདྲིས་  
 གཅིག་གིས་གྲུང་ཉི་རུ་མ་སོང་བར་ཉ་ཅང་རང་ཆོ་བའི་དྲག་ཅིང་མི་ཆོ་སྟོང་བར་འཇོང་  
 པ་ཡངས་ཆེས་ནས་དྲུགས་པ་དང་རྒྱགས་པ་སོགས་མ་ཡིན་པར་དོན་དམ་ལྷག་བསམ་  
 གྱི་ཀུན་མཁྱེན་ཞལ་ལུང་ཞེས་བྱ་བའི་ཡུ་པ་དེ་ཤིང་འདྲི་བ་ལ་ཡིད་ཕྱོགས་སོ། །དེ་ལ་  
 སྟིག་ཏིག་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པའི་དགོངས་པ་རང་ལ་གནས་ལུགས་ཡེ་གྲོལ་རྒྱ་འབྲས་ལས་  
 འདས་ཤིང་ལྷ་སྒྲོམ་སྟོང་འབྲས་གྱི་ཡན་གནོད་མེད་པར་སྟོན་ཏེ། འོད་གསལ་གྱི་རྒྱད་  
 མེད་གོ་ཅུ་ལ་ཆོགས་ལས། རིག་པ་མ་བསྒྲོམས་ལུན་གྲུབ་ལ། །བསྒྲོམ་པ་བྱས་པས་  
 ང་མི་རྟོན། །རང་བྱུང་ཡེ་ནས་ཅོལ་མེད་ལ། །དཔྱོད་པ་བྱས་པས་ང་མི་མཐོང་། །ཆོས་  
 སྒྲུ་ཡེ་ནས་མཐའ་བྲལ་ལ། །ལྷ་བ་བལྟས་པས་ང་མི་མཐོང་། །ཞེས་གསུངས་ཤིང་།  
 བྱད་པར་རང་རིག་ཡེ་ཤེས་བྱང་ཐལ་དང་སེམས་རྟོག་མ་རིག་འབྲུལ་གཟུགས་གཉིས་  
 དཔྱེན་ནས་རིག་པ་གྲོང་ཆེན་ཡངས་པའི་ངང་དུ་མཐའ་གྲོལ་རྗེས་མེད་དུ་བསྐྱུངས་པས།  
 སེམས་རྟོག་འགྲུ་འཕྲོའི་བག་ཆགས་ཐད་ཀར་དག་སྟེ་གོལ་ཤོར་ལས་འདས་པར་འཆད་  
 གྲུང་། དབང་པོ་ཤིན་ཏུ་རྩོད་པོའི་གང་བླག་ལས་སད་པར་ཅམ་གྱིས་མ་གཏོགས་རི་  
 བཞིན་རྟོགས་དཀའ་བས། འདིར་ཆེད་དུ་སྤྱོད་པའི་སྟོང་པོ་ངོ་བོ་ལ་འཕེལ་འགྲིབ་དང་  
 བཟང་ངན་བྲལ་ཐོབ་མེད་གྲུང་། །ཅུ་ལ་གྱི་རྣམ་རྟོག་ཁོ་ནས་ལའོར་འདས་བར་ལག་  
 འཕྱེད་ཅིང་སྒྲོམ་ཆེན་པ་བསྐྱུ་བའི་ཕྱིར་དེའི་རང་བཞིན་ཞིབ་ཏུ་སྟོད་པ་ལ། དེ་ཡང་  
 རིམ་སྒྱེས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན། རྣམ་རྟོག་ལ་གྲོལ་ལུགས་གསུམ་དུ་པར་ཆེན་བི་མ་  
 ལའི་རྗེས་འབྲང་རྣམས་བཞེད་པའི། འདི་ལྟར་རྣམ་རྟོག་དོ་ཤེས་པས་གྲོལ་བ་སྤར་  
 འདྲིས་གྱི་མི་དང་འཕྲད་པ་ལྷ་བྱར་གྲོལ་བ། རྣམ་རྟོག་ཁོ་རང་གྲོལ་བ་སྤུལ་གྱི་མདུད་  
 པ་ཞིག་པ་ལྷར་གྲོལ་བ། རྣམ་རྟོག་ཡན་གནོད་མེད་པར་ཆོས་སྒྲུར་གྲོལ་བ་ཁང་སྟོང་

གི་རྒྱུ་མ་ལྟ་བུར་གྲོལ་བ་ཞེས་མཚོན་དཔེ་རྣམ་གྲངས་གསུམ་གྱིས་བཤད་པའི་དང་  
 བོ་ནི། ཤེས་པ་གསལ་སྒྲོང་རྩེ་གཅིག་ཏུ་གནས་དུས་དེའི་དང་ལས་རྣམ་རྟོག་ཐོལ་  
 གྱིས་འཆར་བ་རིག་པ་སྟེ་གཟུགས་མེད་གྱི་ལྟ་དང་རྗེས་མཐུན་པའི་མཉམ་གཞག་དང་  
 བོ་སྟེ་དུས་ནས་ཡོད་ཅིང་། དབྱེན་དབང་པོའི་ཡུལ་རྒྱུན་འགགས་པ་རྣམ་མཁའ་  
 མཐའ་ཡས། གཉིད་འཐུགས་ལྟར་བྱུང་ཚེར་འགགས་པ་ཅི་ཡང་མེད་པ། ཤེས་ངོ་ལ་  
 གསལ་སྒྲོང་ངོ་བོ་ལ་འགགས་པ་རྣམ་ཤེས་མཐའ་ཡས། བདེ་བ་བྱིང་ཙམ་ཡོད་ཀྱང་  
 སྒྲོང་ངོ་ལ་ཅི་ཡང་མེད་པར་རྟོགས་པ་ཡོད་མིན་མེད་མིན་ཏེ་རང་བཞིན་རྒྱས་པ་རྒྱུན་  
 མཁྱེན་ཆེན་པོའི་ཟབ་དོན་རྒྱ་མཚོའི་སྤྱོད་ལུང་གིས་དབྱེའོ། །དེ་ལ་བལྟ་བུའི་རྣམ་  
 རྟོག་དང་། ལྟ་མཁན་གྱི་དྲན་པ་གཉིས་སུ་ཡོད་པས་གཉིས་འཛིན་ནི་ལའོར་བའི་རྩ་  
 བ་སྟུག་བསྟུལ་གྱི་འབྱུང་ཁུངས་ས་ལམ་གྱི་བཀག་སྟེ་ཡིན་ཕྱིར་གནས་ཀྱང་ངོ་ཤེས་འགྱུ་  
 ཀྱང་ངོ་ཤེས་པ་འདི་རྟོགས་པ་གྲོང་དུ་གྱུར་པའི་ཆེ་མོར་ས་རྣམ་པོ་ཆེ་ཡིན་ནོ། །འོ་ན་  
 སྒྲོན་གྱི་མཁས་གྲུབ་ཁ་ཅིག་གིས་དེས་ལན་དུ་འདི་ལྟར་བཤད་འདུག་པས་ཇི་ག་སྟུམ་  
 བ། དེ་ནི་ལས་དང་པོ་པའི་གང་ཟག་མོས་པས་སྒྲོད་པ་རྣམས་ལ་དྲན་པ་སྒྲུལ་གྱི་དངོས་  
 གཞིར་བསྟན་ནས་འབྲིད་པའི་སྐབས་ལ་དགོངས་གྱི་རྟོགས་ཆེན་གྱི་ལམ་ཅིག་ཆར་དུ་  
 སྒྲུ་ཇི་བཞིན་པར་བསྟན་པའི་སྐབས་མ་ཡིན་པར་ཤེས་པར་བྱ་ལ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་སྟུམ་  
 བ་རྒྱུན་མཁྱེན་ཆེན་པོའི་མན་ངག་གི་བསྟན་བཅོས་ཡིད་བཞིན་རིན་པོ་ཆེའི་མཛོད་གྱི་འགྲེལ་  
 པ་བདུ་དཀར་པོར། དེང་སང་གི་བསམ་གཏན་པ་ཁ་ཅིག་ད་ལྟའི་རིག་པ་འོག་འགྱུ་  
 འཕྲེང་གསུམ་པོ་འདི་སྒྲིམ་བུལ་ཡིན། གང་ཤར་ཅི་འགྱུ་ས་སེམས་སུ་ངོ་ཤེས་ན་དེས་  
 ཆོག་ཅེས་སྟེ་འགགས་གྲངས་སུ་འདེབས་པ་རྣམས་ཀྱང་གནས་ལུགས་ཀྱི་དོན་དང་གནམ་  
 ས་བས་ཀྱང་རིང་བ་ཡིན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་པས་ཁྱེད་རང་ལ་ཆོས་སྐལ་མེད་པ་ཞིག་  
 གོ། །



གཉིས་པ་ནི། དེ་ལ་ཞེན་པ་མེད་པར་བསྐྱེད་ཤེས་ན་བཏུ་བྱ་དང་ལྷ་མ་ཁན་གྱི་  
 འཛིན་སྐྱེད་སྤྱོད་ཞིག་ནས་མཉམ་གཞག་ཅེ་གཅིག་པས། ལྷ་མ་དགོས་པར་ནམ་ཏྲུག་ཁོ་  
 རང་གིས་ཁོ་རང་དོ་ཤེས་ནས་རང་གྲོལ་དུ་སོང་བ་ལ་སྐྱུལ་གྱི་མདུད་པ་ལྟར་གྲོལ་བའི་  
 ཐ་སྙད་བཏགས་ཤིང་། ཆོས་སྒྲིབ་ཀྱི་དབང་དུ་བྱས་ན། ཐབས་གྱིས་ཟེན་པས་རྗེས་  
 ཐོབ་མཚན་ཉིད་པ་ཡིན་ལ། འདི་ལ་ཐེག་པ་གཞན་དག་ནས་ཅིས་ཅན་དུ་བྱེད་ཀྱང་  
 རྫོགས་ཆེན་པས་དོ་ཤེས་མ་ཁན་གྱི་འདུ་ཤེས་གྱུང་བོ་དེ་ཁ་གོ་ལ་སྒྲིབ་དུ་བཤད་ནས་གཉིས་  
 སྐྱེད་གི་ཤེས་སྒྲིབ་ཕྱ་མོ་ཡོད་པར་འདོད་ལ། དེའི་ཕྱིར་གནས་ཀྱང་དོ་ཤེས་འགྱུས་  
 ཀྱང་དོ་ཤེས་པ་འདི་ལ་རྫོགས་པ་གྲོང་དུ་གྱུར་པའི་ནམ་འབྱོར་པས་དབྱུད་ན་ནམ་འབྱེད་  
 ཤིན་ཏུ་ཕྱ་བ་ཡོད་པས་འདི་ཡང་ཐེག་ཅེ་ཤིན་ཏུ་ནུལ་འབྱོར་གྱི་དགོངས་པ་མིན་ནོ། །  
 འདི་ལ་གྱུབ་པའི་མཐའ་ཁྱད་པར་ཅན་ལ་ཐོས་བསམ་གྱིས་དབྱེད་པའི་མིག་ཟུམ་ཞིང་  
 རང་བཞིན་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་བྟང་ཀ་མ་བྲག་གི་སྒྲིབས་དང་མལ་གྱི་ནང་  
 སོར་དབེན་པར་མོས་གྱས་ལམ་ལྟོངས་གྱི་ཕོ་ཚུགས་ཁོ་ནའི་མཐུ་ལས་གྲོང་ཆེན་དགོངས་  
 པའི་གསང་མཛོད་མ་ལོངས་པའི་འབྲུལ་ཞིག་ཏུ་སྒྲོམ་པ་ཁ་ཅིག་དང་རྫོགས་གོ་བ་ན་རེ།  
 འོ་ན་དོ་ཤེས་མ་ཁན་གྱི་རྫོགས་པ་དེ་ཡང་མེད་ན་ཏུ་ཤང་གི་ལྷ་བ་ཕུན་ཏོ་བ་དང་མཚུངས་  
 སོ་ཞེས་ཟེར་རོ། །ལན་བཤད་པ་ཏུ་ཤང་ལ་ཡུལ་སེམས་རྫོགས་དང་ཡུལ་ཅན་རིག་པ་བྟང་  
 ཀ་མ་འབྱེད་པའི་གནད་མེད་ནས། སེམས་རིག་སྒྲུབས་མ་བྱེད་པའི་ཤེས་པ་ལུང་མ་  
 བསྟན་གྱི་ངང་དུ་དྲན་བསམ་ཆོར་བ་ཐམས་ཅད་འགགས་ནས་བརྒྱལ་བའོ། །གཉིད་  
 འབྲུག་ལྷ་བུའི་གཏི་མུག་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་ལུང་དོ་སྒྲུམ་པ་དང་། བྱེད་ཅག་གི་འདོད་  
 བར་ཏུ་ཤང་ལ་ལྷ་བ་ཐོར་བ་འདི་ལྷ་བུ་ཞིག་ཡོད་དོ་སྒྲུམ་པ་ཅི་ཡང་མི་སེམས་པ་སྒྲོང་  
 ལྷ་བུའི་ཕྱོགས་སྔ་ཇི་བཞིན་འདིར་བཀོད་ནས་བརྗོད་གྱི་གཞན་དུ་ན་སངས་རྒྱས་ཡལ་  
 བོ་ཆེ་ལ་སོགས་པའི་གསུང་རབ་མང་བོ་ཏུ་ཤང་གི་སྒྲོལ་བ་ཞུགས་ཤིང་། ཀླ་མ་ལ་

ཤི་ལས་སྒྲུ་རྩིས་པའི་ཆེ་ལྷགས་ཤིང་ཀླད་ལ་བསྒྲོར་བའི་བདུས་ལོར་བའི་རྒྱུ་རྩིས་  
 པ་ན་བེར་གྱི་བྱ་བ་གཉིས་སྒྲུགས་ནས་གཟུང་འཛིན་གྱིས་ལེན་བྱ་བའི་བདུ་ལན་སྟོན་  
 རུས་པ་སོགས་དབང་པོ་ཤིན་ཏུ་རྩོན་པོའི་གང་ཟག་ཡིན་པར་བསྟོན་དུ་མེད་ལ། གང་  
 དྲན་པ་མེད་ཅིང་ཡིད་ལ་བྱར་མེད་པ་ལ་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་སྤངས་པའི་ཉེས་  
 པ་འཇུག་ན་སྟོན་འདི་རྒྱལ་བའི་ཡུམ་ལའང་འཇུག་པས་དོན་དམ་པར་ཏ་ཤང་གི་ལྟ་བ་  
 ཡིན་མིན་རྟོགས་པའི་སངས་རྒྱས་ཁོ་ནས་མཁྱེན་གྱིས་གཞན་གྱིས་མ་ཡིན་ནོ། །རྟོགས་  
 པ་ཆེན་པོ་ཡུལ་སེམས་རྟོག་ལ་ཡུལ་ཅན་ཡེ་ཤེས་གྱིས་རྟོག་དཔྱེད་མ་ཤོར་བས་རང་རིག་  
 གི་དྲན་པ་ཤེལ་གོང་གཡའ་དག་པ་ལྟ་བུའི་ངང་དུ་ཀུན་རྟོག་བག་ལ་ཞན་ནས་རང་ངོ་ལ་  
 བྱི་གང་དང་འཕོ་འགྱུར་མེད་པ་མཐའ་གོ་ལ་གྲོང་ཡངས་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་ལ་བཞུགས་  
 པ་གཉིས་མཚུངས་པའི་ཡུལ་མེད་ལ། བྱད་པར་རྟོག་གའི་རིག་པ་ངན་སྒྲུགས་དང་  
 འདྲ་བ་ལ་བདུད་རྩིར་མཛོན་ནས་སྟོད་ཅིང་འོད་གསལ་དོ་རྩེ་སྟོང་པོའི་ལམ་ལ་གོམ་པའི་  
 འདེགས་འཛིན་གཅིག་ཀྱང་མ་སྟོང་བར་རང་ས་ན་རྟོལ་ཐབས་སུ་བྱག་པ་ཁ་ཅིག་གིས་  
 ཐེག་པ་འདིའི་དགོངས་པ་ལ་ཏ་ཤང་མཚུངས་སྒྲར་སྒྲན་ནས་སྟོ་བར་བྱེད་ན། རྒྱན་  
 རྒྱག་པོ་བཀོད་པའི་མདོ་ལས། སྟོང་པ་ཉིད་ཀྱི་ལྟ་ཐོས་ཀྱང་། །དེ་ཉིད་ལྟ་བ་མ་ཞིག་  
 བ། །གསོར་མི་རུང་བའི་ལྟ་ཅན་དེ། །སྒྲན་པས་བཏང་བའི་ནད་པ་བཞིན། །གསུངས་  
 པ་འདི་ཁོ་ནའི་དགོངས་པ་ལ་ཤེས་རབ་གསུམ་གྱི་མིག་སྒྲུབས་ཤིག གཞན་ཡང་  
 ཡུམ་ལས། སྟོང་པ་ཉིད་ལ་གཟུགས་མེད། ཆོར་བ་མེད། འདུ་ཤེས་མེད། འདུ་བྱེད་  
 མེད། རྣམ་པར་ཤེས་པ་མེད་སོགས་ཀྱི་དོན་དཔྱིས་ཕྱིན་པར་སོམས་ལ། སང་གའི་  
 ཕྱི་ལ་གང་མཆོང་གཡང་མཆོང་མ་བྱེད་ཅིག་ཅེས་གདམས་སོ། །ད་ནི་རྩལ་མ་ཡིན་པ་  
 དེ་དག་སྒྲན་མེད་པའི་ལུང་གིས་རྒྱབ་སྟོར་ནས་བསྟོག་པ་ནི། ཀུན་བྱེད་ལས། རང་  
 བྱང་ཡེ་ཤེས་ཡེ་ནས་ཤེས། །ཡུལ་ལ་རྟོགས་པའི་ཡེ་ཤེས་དེ། །ཡུལ་ལས་བྱང་བས་



རང་བྱུང་མིན། །ཞེས་དང་། ཕུལ་ཚོགས་ལས། ཡེ་ཤེས་རང་སྣང་ངོ་བོ་ནི། །ཡིད་  
 གྱི་རྣམ་རྟོག་མེད་པ་སྟེ། །འདས་པའི་ཡུལ་དང་མ་འོངས་ཡུལ། །སྤང་བ་ཐད་ཀར་བཅད་  
 པའོ། །ཞེས་གསུངས་ལ། དེ་དག་གི་རྒྱུ་དོན་བདེ་སྒྲག་ཏུ་བཀྲལ་བ་ནི་གཤོད་མའི་  
 མགོན་པོ་དང་ཞལ་མི་གཉིས་པ་ཀུན་མཁྱེན་དག་གི་དབང་བོས་ཆོས་དབྱིངས་རིན་པོ་ཆའི་  
 མཛོད་གྱི་འགྲེལ་པ་ལུང་གི་གཏེར་མཛོད་དུ། དེང་སང་ཨ་ཏིར་རྫོམ་པའི་གྲང་ཆེན་དག།  
 འགྲུ་འཕྱུའི་རྟོག་ཆོགས་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཡིན་ལོ། །མྱོངས་པ་འདི་ཀུན་མཁྱེན་པའི་གྲོང་  
 ཉིད་དང་། །རང་བཞིན་ཚོགས་པ་ཆེན་པོའི་དོན་ལ་རིང་། །ཕུལ་དང་ཕུལ་ལས་ཤར་  
 བའང་མི་ཤེས་ན། །བྱང་ཆུབ་སེམས་གྱི་ངོ་བོ་སྟོས་ཅི་དགོས། །ཐེག་པ་འདིར་མོས་པ་  
 ཅུམ་དང་ལྡན་ཡང་ལེགས་པར་མཐོང་བའི་སྐལ་པ་ནི་སྤྱི་ཉག་མ་ལ་བརྒྱལ་བགོས་པའི་  
 ཆ་ཅུམ་ཡང་མེད་ལ། ཀུན་ཏུ་བརྟགས་པའི་གཏི་མུག་གིས་ལུས་སྦྱིངས་ཤིང་། ཐུག་  
 རྟོག་དང་ལོག་པར་རྟོགས་པའི་གསེར་གྱི་དྲ་བས་གཤོད་བརྒྱན་པ། གྲང་བོའི་དང་  
 རྒྱལ་གྱིས་ཤེས་པར་རྫོམ་ལ་ཁ་གསལ་དང་ལྡན་པ་ཁ་ཅིག་དག། རང་ཡང་ཉོན་མོངས་  
 པ་གཏི་མུག་དང་ལོག་པའི་ལམ་དུ་ཞུགས་པར་མ་ཟད། ཐར་པར་ཕྱོགས་པའི་སྒྲུ་བོ་  
 བསོད་ནམས་རྒྱུད་དུ་ཉེས་པ་དག་དང་ཐུད་པ་ཀུན་ལ་འདི་སྒྲིད་དུ་འདོམས་ཏེ་གང་ཤར་  
 ཆོས་སྤྱི་རང་བཞིན་རྟོག་པ་ཟད་ཁ་མ་འདི་ཉིད་རང་བྱུང་གི་ཡེ་ཤེས་སོ། །ཞེས་པ་  
 དང་། ཏིང་འཛིན་ཡིན་བཞིན་མ་རིག་ཡིད། །ཅེས་པ་ལ་སོགས་པས་འགྲོ་བ་བསྐྱུ་  
 བའི་བཅོས་མ་ཉེ་བར་སྟོན་པས་གཞན་ལ་མེད་པའི་ཟབ་ཆོས་སུ་འཆད་པ་དག་མཐོང་  
 སྟེ། འདི་ནི་ཐེག་པ་འདིའི་ཆོམ་རྒྱན་པ་ཞིག་དེང་སང་བྱུང་བར་ཟད་མོད། འདི་ལྟར་  
 རང་བྱུང་གི་ཡེ་ཤེས་ལས་ཐུགས་རྗེའི་ཕུལ་གཡོས་ཏེ། ཡུལ་ལ་ཤར་བའི་ཤེས་པ་དེ་  
 ཉིད་ལ། །ཕུལ་ལས་ཤར་བའི་རོལ་པ་ཞེས་བཤད་གྱི། །རང་བྱུང་གི་ཡེ་ཤེས་ཉིད་མ་  
 ཡིན་ཏེ། ཡུལ་ཡོད་མེད་གྱི་རྗེས་སུ་བྱེད་པའི་ཕྱིར་དང་། ཐབས་གྱི་རྗེས་སུ་བྱེད་པའི་

བྱིར་དང་། ཐབས་གྱི་མ་ཟེན་ན་སྤྱིད་པར་འཇུག་པའི་ལས་དང་ཉོན་མོངས་སུ་བྱེད་  
 པའི་བྱིར་དང་། རྟོགས་པ་དང་དཔྱེད་པའི་རང་བཞིན་ལོམ་པའི་རང་ངོ་ལས་མ་  
 འདས་པའི་བྱིར་རོ། །ཞེས་གསུངས་པ་ལྟར་ངོ་ཤེས་མཁན་གྱི་འདུ་ཤེས་གྲུང་པོ་དེ་  
 རྟོག་དཔྱེད་གྱི་རང་བཞིན་ཁོ་ན་ཏེ། རྣམ་མཁའི་རྣལ་འབྱོར་ལྟ་བུའི་ཆེན་པོས་ཀྱང་།  
 སྒྲོམ་ཉམས་ཅན་གྱི་མདུན་སར། ལྷག་མཐོང་དང་བརྟག་དཔྱད་མ་ཞོར་བ། ཞེས་  
 གྲགས་ལ། དེ་བཞིན་དུ་གང་ཤར་གྱི་ངོ་བོ་ལ་ལྟ་བ་དང་། རང་ངོ་འཛིན་པ་དང་།  
 གཤེས་ཐོག་ཏུ་གྲོད་པ་སྐད་དེང་སང་དར་ཆ་ཆེ་སྟེ་འདི་ཡང་ལམ་ཡང་དག་པ་མ་ཡིན་  
 པའི་ཚུལ་ཀུན་མཁྱེན་སྒྲུ་མས། འདིར་ངོ་སྤྱོད་ཀྱང་མ་འབྲོད་པ་ཀུན་ཤར་ཐོག་དེར་  
 གྲོད་པ་དང་ལྟ་བ་རང་ངོས་འཛིན་ཏེ། རྟོག་པ་ཉིང་ལྟུལ་ཞེས་བྱ་བའི་གནད་མ་གོ་  
 བ་ཡིན་ནོ། །ཤར་དུས་ནས་ཤར་ས་ཤར་མཁན་མེད་པའི་རིག་པ་རྗེན་སང་དེ་བ་ཐུགས་  
 རྗེ་འཆར་ཚུལ་མ་འགགས་པའི་ཡེ་ཤེས་སུ་གནས་པ་དེ་ངོས་བཟུང་བས། ཏུ་བ་རང་  
 བྱུང་གི་ཡེ་ཤེས་རང་སྐྱེན་རྗེན་པར་གནས་པ་དེ་ཞར་ལ་ངོས་ཟེན་པས། ངོ་བོ་དང་  
 རང་ཏུ་ལ་གཉིས་སུ་མེད་པས་གཉིས་མེད་རང་བྱུང་གི་ཡེ་ཤེས་སྒྲོས་བྲལ་ཐིག་ལེ་ཉག་  
 གཅིག་ཅེས་བྱ་སྟེ་ཞེས་གསུངས་སོ། །འོ་ན་འདིའི་སྐབས་སུ་སྒྲུབ་བྱེད་རྣམ་པར་དག་  
 པ་དེ་གང་ཡིན་ཅེ་ན། གྲོལ་ལུགས་གསུམ་པ་རྣམ་རྟོག་ཡན་གཞོད་མེད་པར་གྲོལ་བ་  
 ཁང་སྟོང་གི་རྒྱུན་མ་ལྟ་བུ་དེ་ཉིད་རྣལ་འབྱོར་དབང་ཐུག་གི་ལམ་ཡིན་ཏེ་འདི་ལྟར་ཁང་  
 པ་སྟོང་པའི་ནང་དུ་རྒྱུན་པོ་ཞུགས་ཀྱང་ཆོམ་རྒྱུན་ལ་ཐོབ་རྒྱུ་མེད། ཁང་སྟོང་ལ་ཤོར་རྒྱ་  
 མེད་པས་ཡན་གཞོད་ཐོབ་ཤོར་གྱི་རང་བཞིན་ལས་ཡེ་ནས་འདས་པ་ལྟར། འདིར་  
 རིག་པའི་ངོ་བོ་བྱང་ཐལ་རྟོག་དཔྱེད་གྱི་ཤེས་སྒྲིབ་དང་བྲལ་བའི་ཚུགས་མ་ཤོར་བ་དེ་ཉིད་  
 སྒྲོམ་གྱི་སྒྲིང་དོམ། གཏུག་མའི་དྲན་རིག་ཡིན་ལ། ཏུ་ལ་གྱི་རྣམ་རྟོག་རི་ལྟར་གཡོ་  
 ཡང་དཔྱེད་བྱེད་གྱི་འདུ་ཤེས་དག་པས་ཤར་ས་ཤར་མཁན་མེད་པའི་རིག་སྟོང་རྗེན་པ་



སྒོ་འདས་ཀྱི་ཡན་གྱི་དང་དུ་ཆོས་སྐུ་འཕོ་མེད་ཀྱི་པོའི་བཙན་ས་ཟེན་པའི་ཕྱིར་རྣམ་རྟོག་  
གི་ཡན་གཞོན་མ་བྱས་པའི་སྐྱེ་བཤད་བཞག་ལ། འདི་ནི་ཤིན་ཏུ་རྣམ་དག་བཤད་དུ་  
ཐོངས་པའི་ཨུ་པ་དེ་ག་ལྟེ། གནས་འགྱུ་གང་ཡིན་ཡང་འདྲ་སྟེ་དོ་ཤེས་མཁན་ཁོ་རང་  
ཡུལ་མེད་མཐའ་བྱལ་དུ་མ་སངས་ན། རིག་པ་རང་གསལ་མལ་ལས་གཡོས་ཏེ།  
ཡུལ་ཐོག་ཏུ་ཤོར་འབྱམས་ལ་གོམས་པའི་ལུས་སྤང་མཐུ་བརྟས་པ་ཉིད་ལས་རྟོགས་  
པ་མཐོན་པོར་ཇི་ལྟར་རྣོམ་ཡང་འཁོར་བའི་ས་བོན་རྒྱན་ཆགས་སུ་གནས་ཤིང་། ང་  
ལྟ་ལམ་དུས་སུ་འང་དཔེར་མཆོན་ན་སྟག་བསྐལ་དང་འཛིགས་སྒྱག་ལྟ་བུའི་རྣམ་རྟོག་  
ངོས་དྲག་པ་ཤར་བའི་ཆོ་རྣམ་རྟོག་ཁོ་རང་དོ་ཤེས་པ་ཙམ་གྱིས་བྱིད་གྱི་སྟག་བསྐལ་དང་  
འཛིགས་སྒྱག་མཐའ་གྲོལ་དུ་སངས་པ་དེ་དགོད་འཆོར། འདི་ལ་ནི་རྣམ་མཁའི་རྣལ་  
འབྱོར་ལྟ་བུ་རྒྱན་ཀྱི་པོ་ཉིད་དཔང་པོར་གྱུར་ཏེ། དྲགས་པོ་བཀའ་བརྒྱད་པ་རྣམས་  
རྣམ་རྟོག་ཆོས་སྐུར་འདོད་དེ་དེད་རང་ཚྲོགས་ཆེན་པ་རྣམས་མི་འདོད་དོ། །ཞེས་དང་།  
དོན་ལ་རྣམ་རྟོག་ངོས་བབྱངས་མེད་པ་ཡལ་བ་དགོས་ཚུལ་སྟགས་ཀྱན་མཁྱེན་གསང་  
མཛོད་དུ་གསུངས་པ་དེ་ཨ་ལ་ལ། འདི་ཁ་ཅིག་ཕུས་ཆོག་ཀྱང་རྣམ་རྟོག་དང་ལག་  
གདང་སྟེལ་བའི་སྒྲིམ་ཆེན་པ་དག་ལ་ངེས་གསང་རྗེས་པ་ཆེན་པོའི་ལས་འབྲེལ་མེད་པས་  
ཅི་ཚུག་དྲག་དང་དུང་སྟོང་འགས་པ་འདྲ་བའི་གདམས་ངག་ཟབ་མོའི་གནད་བསྟན་གྱིས་  
ལོག་པའི་འདྲ་ཤེས་རྒྱང་རིང་པོར་ཐོང་ལ་དར་ཅིག་ཉོན་དང་ཁོ་བོ་ནི་འདི་ལྟར་སེམས་  
སོ། །རྣམ་རྟོག་གི་ཡན་གཞོན་མེད་པའི་གནད་ཀ་ནི་འོད་གསལ་ཚྲོགས་པ་ཆེན་པོའི་  
ཉམས་ལེན་མཐར་སོན་ཏེ་ཁྱེགས་ཆོད་གྱིས་ལུས་རྩལ་ལྷན་དུ་དེངས། སེམས་ཆོས་  
ཉིད་དུ་དེངས་ནས་ཀ་དག་གི་སར་གྲོལ་དུ་ཉེ་བ་དང་། ཐོད་རྒྱལ་གྱིས་སྤང་བཞི་བད་  
པའི་ཆོ་ལུས་རྩལ་ལྷན་དུ་དེངས་པ་འོད་དུ་གསལ་བས་སྟེ་འདྲག་ལ་རང་དབང་ཐོབ་  
ཅིང་འཕོ་བ་ཆེན་པོའི་སྐུར་བཞེངས་སུ་ཉེ་བ་ན། དེའི་ལམ་རྟགས་སུ་ལུས་དུར་བྱིད་

གྱི་རོ་ལྟ་བུར་འགྱུར་རོ། །ངག་བྲག་ཅ་ལྟ་བུར་འགྱུར་རོ། །སེམས་བར་སྒྲུང་གི་ན་  
 བུན་ལྟ་བུར་འགྱུར་རོ། །ཞེས་བཤད་པ་འདི་ཁོ་ནས་ཤེས་ཏེ། ལུས་དུར་བྱོད་གྱི་རོ་  
 ལྟ་བུ་ནི་གཤེད་མ་བརྒྱས་བསྐྱར་ཀྱང་ཉམ་ང་དང་བག་ཚ་བའི་ཀུན་རྟོག་རིག་པ་གཏང་  
 མེད་གྱི་ངང་དུ་སངས་པ་ཡིན་ཏེ། འགོག་པའི་སྒྲོམ་འཇུག་ལྟ་བུའམ་དུན་མེད་ནི་མ་  
 ཡིན་ནོ། །ངག་བྲག་ཅ་ལྟ་བུ་ནི་རིག་གཏངས་གྱི་ཚོར་བ་གྲ་མ་ཉམས་པས་གཞན་གྱི་  
 རྗེས་སུ་བསྐྱོ་ཞིང་། སེམས་རྟོག་ཡུལ་དུ་འཛིན་པ་གཏན་ཟད་དུ་སྤང་བས་ལན་འདེབས་  
 བའི་འདུ་ཤེས་ཟད་པ་དེ་ལྟར་མོ་ཆེ། འཇུག་སྒྲུར་ཡལ་བའི་གང་ཟག་ལ་ཞལ་ཆེམས་  
 ཡོད་པར་སྐྱོང་བ་ནི། རྟོགས་པ་ཆེན་པོའི་རྒྱུད་དང་། མན་ངག་གི་སྤང་ལ་བཏེག་ཆེ་  
 སྒོ་རྒྱུད་དེ་དག་ཐོས་པ་རྒྱུད་བའི་སྒྱུན་དུ་ངེས་ལ། སྒྱུ་གཏུང་འབར་བའི་རྒྱུད་ནས་ཐོག་  
 བལ་གྱི་ཐིག་ལེ་གོམས་པའི་ཚད་བསྟན་པའི་སྐབས་སུ་ཡང་། གཏམ་རྒྱུད་བརྗོད་པ་  
 ཟད་པའི་བྱིར། །གཞན་ལ་སྒྲུ་བྱེད་བསམ་པ་ཡང་། །སྒྲེས་བུ་འདི་ལ་འབྱུང་མི་ཤིང་། །  
 སྒྲ་ཆོག་རྗེས་སུ་ག་ལ་འགྱུར། །ཞེས་དང་། འོད་གསལ་དོ་རྗེ་སྒྲིང་པོའི་གནས་གསུམ་  
 གསལ་བར་བྱེད་པ་ཆོག་དོན་རིན་པོ་ཆའི་མཛོད་ལས་ཀྱང་། ངག་བྲག་ཆའི་རྣམ་པ་  
 ལྟར་བརྗོད་འཛིན་མེད་པར་སྤང་བ་ནི་རྩ་གནས་གྱི་ཡི་གེ་རྒྱུད་གི་ཐིག་ལེར་རྒྱུད་པ་ལས་  
 བྱུང་བ་སྟེ། རྟོགས་པ་ཆེན་པོ་བརྗོད་དུ་མེད་པའི་དོན་ངག་གི་གྲགས་པ་ལ་ཞུགས་ཏེ།  
 རབ་ཏུ་སྒྲོས་མེད་སྒྲུ་བྱའི་ཡུལ་ལས་འདས་པའི་ཡེ་ཤེས་ལ་དབང་བའོ། །ཞེས་གསུངས་  
 པས་ཀྱང་གོ་ལ་དེས་ན་ཐེག་པ་གཞན་གྱིས་བསྐྱེད་རིམ་ལ་གོམས་ནས་འདོད་གཟུགས་  
 གྱི་ལྟ་དང་རྗེས་མཐུན་པར་རགས་ལུས་དྲངས་མར་གནས་འགྱུར་ནས། ཞིང་ཁམས་  
 རྣམ་དག་ཏུ་སྤང་སྟེ་ལམ་ལྷག་མ་བཞོད་པ་ལ་འཇུག་ལུས་གྱི་མིང་བཏགས་པ་དང་།  
 རྟོགས་པ་ཆེན་པོའི་སྤང་བཞི་མཐར་སོན་པ་དགའ་རབ་དོ་རྗེ་ལྟ་བུའི་འཇུག་ལུས་གཉིས་  
 གོ་འཕང་མཆོག་དམན་ཡོད་པ་མ་རྟོགས་པས་ནོངས་ཏེ། གནད་འདི་ནི་ཁོ་བོས་ཀུན་



མཁུན་ཆེན་པོའི་མན་ངག་ལ་བརྟེན་ནས་རིག་སྟེ། འདིར་བཀོད་པ་ལ་རིག་འཛིན་གྱི་  
 ས་ལ་བཞུགས་པའི་བླ་མ་དམ་པ་རྣམས་མཉེས་ནས་ཨེ་མ་རྟོ། །ཨ་ལ་ལ་ཞེས་གསུངས་  
 པར་གདོན་མི་ཟེའོ། །སེམས་བར་སྒྲུང་གི་ན་བུན་ལྟ་བུ་ཞེས་པ་ནི། གློང་དུག་པ་ལས།  
 རང་རིག་བསམ་ངོ་བྲལ་བ་དང་། །སེམས་གྱི་བྱུང་ཚར་སྒྲ་ཚླགས་གཉིས། །འདྲའོ་  
 འདྲའོ་ཚར་ར་རེ། །ཞེས་པ་ལྟར་རང་བཞིན་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་དགོངས་པ་བུན་མོང་  
 མ་ཡིན་པར་སེམས་དང་རིག་པ། ཀུན་གཞི་དང་ཆོས་སྒྲུབ་དང་དུ་དབྱེ་བའི་ཕྱིར།  
 རིག་པའི་ཡེ་ཤེས་ཐིག་ལེ་ཉིག་གཅིག་ཁྱད་ཆོས་དུག་དང་ལྡན་པའི་གཞི་དབྱེངས་ཀུན་  
 ཏུ་བཟང་མོའི་གློང་ཡངས་པར་འབྱེལ་ཞིང་སེམས་རྟོག་དབྱེད་བྱེད་གྱི་འདུ་ཤེས་བར་  
 སྒྲུང་ལ་ན་བུན་ཡལ་བ་ལྟར་གཞི་མེད་དུ་དེང་བའི་དགོངས་པ་སྟེ། གནས་ལུགས་  
 རིན་པོ་ཆེའི་མཛོད་ལས་ཀྱང་། རྣམ་མཁའི་ངང་དུ་སྒྲོད་བཅུད་སྒྲོད་པ་བཞིན། །དགག་  
 སྒྲུབ་ཆགས་སྒྲུང་དང་པོའི་དབྱེངས་སུ་ཡལ། །འདིར་སོང་མེད་པའི་རྟོག་ཚླགས་རྗེས་  
 མེད་དེ། །བར་མེད་རིག་པའི་ངང་དུ་བྱལ་ཡས་ནས། །རེ་དོགས་འཛིན་པའི་ཆོས་ལས་  
 འདས་པ་ཡིན། །གཟུང་འཛིན་སེམས་གྱི་བརྟོད་ལུར་ཐོན་པ་ཡིན། །འབྲུལ་སྒྲུང་འཁོར་  
 བའི་གྲོང་ཁྱེར་སྒྲོངས་པ་ཡིན། །དེ་ཕྱིར་ཕྱི་རོལ་ཡལ་སྒྲུང་ཆོས་རྣམས་དང་། །ནང་གི་  
 རང་སེམས་འཆར་རྩལ་རོལ་བའི་རུལ། །ཐམས་ཅད་ཡེ་སྒྲོང་བྱལ་བར་སུས་ཤེས་  
 པ། །བྱལ་བའི་གནད་དུ་ཆོས་རྣམས་བཀྲོལ་བ་ཡིན། །ཞེས་དང་། འཛིན་པས་མ་  
 བཅིངས་གཟུང་བའི་ཡལ་ལས་འདས། །དམིགས་གཏད་ཆོས་མེད་ཏར་སངས་ཀྱི་  
 ཡན་པ། །མ་ཡེངས་དུན་པ་ཟད་པའི་དགོངས་པ་ནི། །མཁའ་ལྟར་བྱལ་ཡས་སྒློམ་  
 དང་མི་སྒློམ་མེད། །འདི་ནི་ཀུན་བཟང་དགོངས་པའི་གློང་ཆེན་ནོ། །ཞེས་གསུངས་  
 པའི་ཕྱིར་རོ། །རྒྱ་མཚན་འདི་ལྟ་བུའི་དོ་རྗེའི་ཆོག་བཀྲོལ་ནས་གསལ་བར་བཤད་  
 ཀྱང་ད་དུང་ཡིད་ཆེས་མི་སྒྲེབ་པར་གྱུར་ན་ནི་གདོད་མའི་མགོན་པོ་མའི་རྩ་ལ་ཞུགས་པ་

ཀུན་མཁྱེན་དྲི་མེད་འོད་ཟེར་གྱིས་འདི་སྐད་དུ་ཨ་ལ་ལ་འདི་འི་ཐེག་པ་དང་གཞན་ལ་  
 བྱད་པར་གནམ་ས་བས་ཀྱང་ཆེ་སྟེ། བསྟན་ཡང་མི་རྟོགས། བཤད་ཀྱང་མི་གོ། ད་  
 དུང་ཆོས་ཀྱི་ཁ་འཛིན་ཅམ་ལས་ངོ་སྤྱོད་སྒྲ་མའི་སྟེང་དུ་འཛིན་པ་རྣམས་ལ། རང་  
 བཞིན་རྟོགས་པ་ཆེན་པོ་སྟོང་ཐིག་གི་ལས་འབྲེལ་མེད་པས་ཅི་བྱས་ཀྱང་སངས་རྒྱས་  
 པ་ལ་སྒྲ་འདྲིས་གཅིག་གིས་ཉེ་རུ་མ་སོང་བ། ཡི་མུག་ལ་དགོད་འཆར་བ་མཆར་ཆེའོ་  
 ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་ཐོག་ཏུ་ལེབས་པ་ཉིད་དོ། །འདི་ལྟར་ཁོ་བོས་རྒྱད་ལུང་དཔང་  
 བོར་བཞག། ཉམས་སྦྱང་དཔའ་གདེང་དུ་བསྐྱེད་ནས་རྟོགས་པ་ཆེན་པོའི་ལམ་དུང་  
 བོར་བཤད་ཅིང་། རིག་པ་མ་ཡིན་པ་སུན་ཕྱང་བ་ཡང་སྤང་ཞེན་གྱི་ཕྱོགས་སུ་རྒྱག་པ་  
 མ་ལགས་ཏེ། མདོ་སྡེ་རྒྱན་ལས། ཆོས་བབང་རིག་པས་རྣམ་དཔྱོད་བསམ་པ་ཅན། །  
 ཏྲག་ཏུ་བདུད་གྱིས་བར་ཆད་བྱེད་པ་མེད། །བྱད་པར་རྟེན་དང་གཞན་གྱི་ཕྱོགས་སུན་  
 འབྱེན། །མི་འབྲོགས་ཡོངས་སུ་སྦྱོན་པའི་མཆན་ཉིད་དོ། །ཞེས་གསུངས་པས་ན་དེང་  
 སང་སྟོགས་མའི་དུས་ཐེག་པ་འདི་འི་དགོངས་པ་གྲོང་དུ་གྱུར་ནས་གྲུབ་མཐའ་སྦྱང་གེས་  
 པའི་བཤེས་གཉེན་དགོན་ཅིང་། ཀུན་མཁྱེན་ཆེན་པོ་དངོས་དང་མཆུངས་པའི་རྒྱལ་  
 ཆབ་རྟོགས་ཆེན་སྡེ་གསུམ་གྱི་དགོངས་པ་ཕྱིན་ཅི་མ་ལོག་པར་བཀྲལ་བ་མཛོད་བདུན་  
 ཅུ་འབྲེལ་དང་སྟོང་ཏྲག་གི་དགོངས་གཏེར་ཆོས་སྐུའི་རིང་བསྐྱེལ་དུ་ལྷན་གྱིས་གྲུབ་པའི་  
 བསྟན་བཅོས་རྣམས་ཀྱི་གཞུང་ལ་བལྟ་བར་མི་རུས་ཤིང་དཔྱོད་པའི་གེས་རབ་གྱིས་  
 སོངས་པས། ཐེག་མཆོག་སྟོང་པོའི་ལྟ་བའི་ཉིང་ཁུ་ཡིད་དཔྱོད་གྱི་ལྟ་སྒྲིམ་དང་འདྲེས་  
 རས་ཆོས་སྐད་གྱུ་གྱུར་སྒྲ་ཞིང་འཆལ་བར་ཤིན་ཏུ་ཡངས་ནས་ཆོག་ཏུ་དོན་གསལ་གྱི་  
 མན་ངག་འདི་ལྟར་ཆེད་དུ་བརྗོད་པའི་ཕྱིར་བསོད་ནམས་ཀྱི་ཆོགས་ཀྱང་འཕེལ་ཏེ། ཅུ་  
 ལྷང་གི་འབྲེལ་པར། ལྟ་བའོག་མ་གོང་མ་ལ་གཟུང་པ་དང་འདུལ་བའི་བསམ་པས་  
 གཞན་དུ་གྲུབ་མཐའ་དམོད་པ་ནི་ཉེས་པ་མེད་དེ་བསོད་ནམས་ཀྱང་མང་དུ་འཕེལ་ལ། །



ཞེས་བཤད་ལ། དེའི་མཐུས་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་ཚིགས་ཆེན་པོར་འཕེལ་བ་ནི་གདོན་མི་བྱ་བ་  
 ཉིད་དོ། །དེ་ལྟར་ཡང་མན་ངག་འདི་ཉིད་ལྟ་བུ་གོ་ཡུལ་རྒྱས་འདེབས་སུ་ཤོར་བའི་  
 གང་ཟག་ལ་བསྟན་ན་བྱ་ཤོར་ཁ་ལྟ་དེད་པོར་འགོ་ཞིང་། ལས་དང་པོ་བ་རྣམས་ནི་  
 སོ་སོའི་རྒྱད་ཚོད་ཉམས་དང་སྦྱར་ནས་རྣམ་རྟོག་ལམ་བྱེར་ལ་རིམ་བས་བསྐྱབ་དགོས་  
 བྱིར་། འགའ་ཞིག་སྤངས་སྒྲག་སྒྲེས་ནས་འདོར་བའི་ཉེན་ཡོད་པས་བྱབ་གདལ་དུ་  
 མི་སྟོན་པའི་བཀའ་རྒྱ་སྟོབས་བཅུ་མངའ་བ་ཉིད་ཀྱིས་གདམས་ཏེ་ཡུམ་བར་མ་ལས།  
 རབ་འབྱོར་ཆོས་ཐམས་ཅད་སྟོང་བ་ཉིད་དང་། མཚན་མ་མེད་པ་དང་། སྟོན་པ་མེད་  
 པའོ་ཞེས་ལས་དང་པོ་བ་ཐེག་པ་ལ་གསར་དུ་ཞུགས་པ་དག་གི་མདུན་དུ་བརྗོད་པར་  
 མི་བྱའོ། །དེ་ཅིའི་བྱིར་ཞེན་སྤངས་ཤིང་སྒྲག་ནས་ལོག་པར་ལྟ་བས་འདོར་དུ་འོང་  
 བའི་བྱིར་རོ་ཞེས་གསུངས་ལ། དེ་བཞིན་དུ་མུ་ཅོར་སྒྲ་བའི་རྟོག་གི་བ་དག་ལའང་  
 མན་ངག་འདི་དག་གི་བྱར་ཅམ་ཡང་བསྟན་པར་མི་བྱ་སྟེ། རིན་པོ་ཆེ་སྤང་བའི་རྒྱད་  
 ལས། ཆོག་འདི་དག་ནི་ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་ལ་སོགས་པའི་ནང་དུ་བྱར་  
 ཅམ་ཡང་བརྗོད་པར་མ་བྱེད་ཅིག དེ་ཅིའི་བྱིར་ཞེན། དེ་དག་རྣམས་ཀྱིས་ཆོག་འདི་  
 ཀྱན་ཐོས་པས། སྒྲག་པ་དང་སྤངས་པ་དང་བརྒྱལ་བར་འགྱུར་ཏེ། གསང་སྒྲགས་རྣམས་  
 ལ་མི་མོས་ཏེ། ཡིད་ལྷུང་ནས་སྦྱར་བ་འདེབས་པས་དེའི་རྣམ་པར་སྟོན་པས་སེམས་  
 ཅན་དཔྱལ་བ་ཆེན་པོ་དེ་ཉམས་སུ་སྦྱང་བར་གྱུར་པས་ན་བསྟན་ཅིང་ཐོས་པ་ལྟ་ཅི་སྟོས་  
 ཏེ། རྒྱུད་ཕྱོགས་ཅམ་དུ་ཡང་བརྗོད་པར་མི་བྱའོ། །གསུང་གི་དོ་རྗེས་གསོལ་བ། གྱེ་  
 བཅོམ་ལྟན་འདས་ཉན་ཐོས་ལ་སོགས་པ་དེ་དག་ཀྱན་དེ་ལྟར་འབྱུང་བ་དེ་ཅིའི་རྒྱ་ལྟ་  
 ཞེས་དྲིས་སོ། །བཀའ་རྒྱལ་བ། ཉན་ཐོས་དང་རང་སངས་རྒྱས་རྣམས་ནི་བསྐྱལ་བ་  
 གྲངས་མེད་ནས་གསང་སྒྲགས་ཀྱི་སྟོན་དུ་མ་གྱུར་ནས་སྟོ་རྒྱུང་བའི་བྱིར་ཏེ། དཔེར་  
 ན་ཁབ་ཀྱི་མིག་ཏུ་རས་ཡུག་བརྗངས་པས་ཤོང་བ་མེད་ཅིང་འགོ་བའི་སྐབས་མེད་པ་

དང་འདྲའོ། །ཞེས་གསུངས་པའི་དོན་ཐོག་ཏུ་བབ་ཕྱིར་གྱིན་ཏུ་གསང་བར་བྱ་ལ། དེ་  
 ལས་གཞན་དུ་ཐེག་པ་འདི་ལ་མོས་པས་ཞུགས་ཤིང་ལམ་གྱི་གནད་མ་ལོངས་པའི་གྲུབ་  
 པའི་དབང་ལྷན་ཆེན་པོ་ཆོས་ཉིད་ཟད་པར་ཐུགས་རྒྱལ་བ་རྣམས་ཀྱིས་འདི་ལ་གཟིགས་  
 ཤིག གཟིགས་ནས་ཀྱང་ཆོས་ཀྱི་དབྱིངས་ཅི་ཡང་མ་ཡིན་པའི་བདེན་པ་ཆེན་པོ་དང་།  
 རིག་འཛིན་བརྒྱད་པ་དང་བཅས་པ་རྣམས་ཀྱི་ཐུགས་རྗེ་མད་བྱུང་དང་། རགས་ཁྱོད་  
 ཀྱི་སྤང་བོ་ཀྱ་སྟེ་ལུ་པ་བདག་གིས་ལྷན་བསམ་རྣམ་པར་དག་པའི་མཐུ་རྣམས་ལས།  
 འཆིང་བ་མཐའ་དག་སྒྲིད་ཅིག་ལ་གྲོལ་ཏེ་སྤྱར་དུ་ཀུན་ཏུ་བཟང་བོའི་དགོངས་པ་བཟོད་  
 མི་ཤེས་པ་ལ་རིག་པར་གྱུར་ཅིག གལ་ཏེ་སྒྲལ་བ་དམན་ལ་ལོག་ལྟ་ཆེ་ཞིང་རང་  
 ཅུས་ཀྱི་དྲིགས་པས་རྒྱགས་པ་མཐའ་དག་གིས་མི་མཐོང་བར་རིག་འཛིན་བརྒྱད་པ་དང་  
 བཅས་པས་བྱིན་གྱིས་སྦྱབས་ཤིག ཨ་ལ་ལ་རྟོ། །སྒྲོང་ཆེན་པོའི་མཁའ། སྤྱིང་ཆེན་  
 པོའི་ཏིག མིག་ཆེན་པོའི་འགྲེལ། མཛོད་བདུན་གྱི་བཅུད་ལྟ་བུའི་ཤོག་དྲིལ་འདི་ཉིད་  
 སྤྱིང་ཏིག་གཉན་པོའི་བཀའ་སྤྱང་རྣམས་ལ་གཉེར་རོ། །ས་མ་ཡ། ས་མ་ཡ། ས་མ་ཡ།  
 རྒྱ་རྒྱ་རྒྱ། རྟོ་རྟོ། སྤང་བ་ནི་གཏད་མེད་རིག་པ་ནི་ཡེ་གྲོལ། །ལྟ་སྒྲིམ་ནི་བྱར་མེད་  
 ཆོགས་དུག་ནི་རང་ཡན། །དྲན་འཛིན་དང་གཉན་པོར་ལྟོས་གཞག་ནི་མ་དགོས། །  
 རྗེས་ཆེན་གྱི་བྱ་བལ་ཆོས་ཟད་དུ་ཐལ་ཐལ། །ཐོས་བསམ་གྱིས་ཐོངས་པའི་སྤྱན་སྒྲིམ་  
 ཀྱི་ཇོ་རུས། །རྒྱད་ལུང་དང་མན་ངག་དབྱེ་བོ་རུ་མ་མཛོན། །ཐ་སྤྱད་ཀྱི་ཏིག་བཏགས་  
 ལུ་ཅོར་ལ་ཞེས་པས། །ཆོས་བརྒྱད་ཀྱི་གྲོང་དུ་མི་མགོ་ནི་མ་བསྒྲེར། །བྲག་ལྷན་ཏུ་སྤྱིང་  
 པོའི་སྤྱབ་པ་ལ་གཞོལ་བས། །རང་བྱུང་གི་སྒྲོབ་དཔོན་བསྐྱེད་དང་ཡབ་ཡུམ། །ནམ་  
 མཁའི་དང་རྣལ་འབྱོར་སྒྲོང་ཆེན་གྱི་བྱིན་སྦྱབས། །སྤྱིང་དབུས་ཀྱི་མི་ཤིག་ཐིག་ལེ་རུ་  
 བབས་ནས། །འབད་རྩྱལ་ལ་མ་ལྟོས་ལྟོད་གྲོལ་ལ་ལངས་སོང་། །སྤང་གྲགས་ནི་བརྟ་  
 དང་དཔེ་ཆ་རུ་གྱུར་མོད། །མགྱིན་པ་འདི་གདམས་པའི་བང་མཛོད་དུ་འདུག་གོ །



གདམས་ངག་ནི་ཚིག་དང་དཔེ་རྒྱལ་ལ་མ་ལྟོས། གྲོང་ཆེན་གྱི་དགོངས་པའི་གསང་  
 མཛོད་ནས་དོལ་བྱང་། གཟུང་འཛིན་གྱི་ཅ་རྒྱུད་དཔུ་མ་རུ་རྒྱུད་པས། ཡེ་ཤེས་ལ་  
 བོ་ཚོད་མ་དགོས་པ་དོ་མཚར། བྱིང་རྒྱོད་དང་འབྱུངས་གཏད་མེད་དུ་སངས་ནས། །  
 རང་གོལ་ལ་གསལ་འགྲིབ་མེད་པ་འདི་སྒྲིང་དོ། །བསྒྲུམས་པའི་དང་སྒྲུག་བཙེར་  
 སྒྲོས་བྱས་གྱི་ཅི་བྱེད། མི་སྒྲོམ་པའི་སྒྲོས་བཏད་ཐ་མལ་དང་མ་ཞོར། སྒྲོམ་པ་དང་  
 མི་སྒྲོམ་ཞེ་འདོད་ལས་ཐར་བའི། འདྲ་ཡི་ཤེས་རིག་གཏོང་གཏད་འདི་ཉི་ཉོ། ཡོ་  
 ཟུའི་དང་དཀར་སྒྲུང་སྒྲུག་བཙེར་གྱི་ཞེ་ཡུས། མཛོན་ཤེས་དང་རྒྱ་འབྲུལ་གྱུ་བྱས་  
 ལས་འདས་གྱུང་། གཟུང་འཛིན་གྱི་ཅ་མདུད་སྒྲིང་ཁ་རུ་གོལ་བས། རྫོགས་ཆེན་  
 ཁོས་བསྐྱུས་ཡོང་བསམ་པ་རང་མི་གདེ། རྒྱ་གར་གྱི་རིག་འཛིན་པ་དང་འབྱུང་དང་  
 བི་མ། བོད་ཡུལ་གྱི་བེ་རོ་གྲོང་ཆེན་གྱི་དྲིན་ལས། གངས་ཅན་འདིར་སྒྲིང་པའི་བསྐྱར་  
 པ་ནི་དར་བེན། བྲག་ལྷག་དུ་ཆོས་ཉིད་ཟད་སར་རང་བསྐྱུལ་གཏོང་། འདབ་བསྐྱར་  
 དང་བསྐྱགས་ལུང་བཤད་འབྲུམས་གྱི་བྲིད་རྒྱུ། འཇུག་སྒྲོ་ལས་བསྐྱར་པའི་སྒྲིང་  
 བོ་ནི་མ་ཡིན། མོས་གྲུས་དང་སྒྲུབ་རྒྱལ་ཞེ་རུས་གྱི་ངང་ནས། འོན་བརྒྱུད་དེ་སྒྲིང་  
 ལ་བབ་པ་ཞིག་དགོས་སོ། སྒྲུབ་བཙེན་གྱི་སྒྲོབ་མ་གྲོང་གོལ་དང་སྒྲུ་གསུམ། འདག་  
 སྒྲིང་གི་སྒྲོ་ཅན་འོད་གསལ་དང་རིག་གོལ། རྒྱེན་ངན་དང་ལྷ་སྒྲོམ་དོ་རུས་སྒྲུག་  
 པས། སྒྲུབ་ཐོབ་དེ་གོང་མའི་བཤུལ་ལམ་ལ་མཛོངས་ཤོག མདོ་མེད་གྱི་སྒྲིང་པོ་  
 འཁོས་ཁྱེར་དང་བྲལ་ཡང་། སྒྲོན་སྒྲིངས་གྱི་ལས་འབྲེ་རྒྱུད་ཟད་ཅིག་ཡོད་དུག ཡོ་  
 རྒྱུན་གྱི་རྒྱལ་ཆབ་དམ་པ་དང་མཇུག་ནས། ཉམས་རྫོགས་གྱི་ཕ་ཕོགས་དངོས་གྲུབ་  
 དུ་ཐོབ་བོ། རྒྱུན་མཁྱེན་གྱི་སྒྲུ་མ་དྲི་མེད་དང་འོད་ཟེར། རྒྱུན་རྫོགས་གི་སྒྲིང་ཆར་  
 ཞལ་མཇུག་དང་དཔུགས་དབྱུང་། བར་ཚིག་གིས་བྱིན་བརྒྱུད་སྒྲིང་དཔུས་སྒྲུ་ཕབ་  
 པས། རྫོགས་ཆེན་གྱི་དགོངས་པ་འབྲུལ་མེད་ཞིག་རྫོགས་སོ། འདི་ཕྱིར་ན་འདི་རུ་

ཀུན་མཁྱེན་གྱི་ཞལ་ལུང་། ཡིད་དཔྱོད་དང་འདྲེས་པའི་རྫོགས་ཆེན་གྱི་ལྟ་བུ། འདྲ་  
 པས་ནི་ཆུ་དང་འོ་མ་ལ་ཇི་བཞིན། །སོ་སོ་རུ་འབྱེད་པའི་ཕོ་ཉ་རུ་མངགས་སོ། །འདི་  
 ཀོས་ཀྱང་སྒྲིང་པོའི་བསྟན་པ་ལ་ཡན་ནས། །རི་སུལ་ཀུན་ལ་ལྷུ་ལ་ཞིག་བྱ་བལ་གྱིས་  
 ཁེངས་ཤིང་། །སྒྲི་སེན་ཅམ་སྒྲིགས་མའི་ལྷག་མ་རུ་བཞག་སྟེ། །དགའ་རབ་དང་འཇམ་  
 དཔལ་བཤེས་གཉེན་ལྟར་གྱུར་ཤོག །ཅེས་པའང་དཔལ་གྱི་བསམ་ཡས་མཆིམས་  
 ལུའི་གནས་གྱི་ལྟེ་བ་འོག་མིན་བྲག བྲེ་གྱ་བརྟེགས་པའི་དགོན་འོག་གི་དབང་པོས་  
 བསྐྱེད་པའི་ཕྱོགས། གསང་ཆེན་མཁའ་འགྲོའི་ཆོགས་ཁང་མེ་ཏོག་ལྷག་ཏུ་བཏགས་  
 ཤིང་ངོས་འཛིན་བགྱིས་པའི་གནས་མཆོག་གལ་བར། ལོ་གསུམ་སྒྲིང་པོའི་སྒྲུབ་པ་  
 ལ་གཞིལ་བའི་ཆོ། ལྷུ་ལ་བའི་སྒྲུང་ཆ་ལ་ཀུན་མཁྱེན་ངག་གི་དབང་པོའི་ཞལ་ཐེངས་  
 གསུམ་མཇལ་ཞིང་། གསུང་གི་བདུད་རྩིས་དབྱེད་དབྱེད་ནས་རྒྱུད་བྱིན་གྱིས་བརྒྱབས་  
 པའི་སྒྲལ་བཟང་དཔག་ཏུ་མེད་པའི་མཐུ་ལས། མཉམ་རྗེས་རིས་མེད་དུ་སངས་ཤིང་  
 ཐེག་པ་འདིའི་རྒྱུད་དང་མན་ངག་བསྟན་བཅོས་རྣམས་ཀྱི་གཞུང་ལ་ཕྱི་ནང་ཞུས་དག་  
 ཐེར་བའི་ངེས་ཤེས་གཏིང་ཚུགས་པའི་སྒྲོབས་པ་ཅུང་ཟད་རྟེན་པ་ལ་བརྟེན་རང་བཞིན་  
 རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་དོན་རྒྱུད་ཀྱི་དགོངས་པ་ཟབ་མོ་རྒྱབ་པར་ཡངས་ནས། བརྒྱ་དབང་  
 ཆེན་མཁྱེན་བརྟེན་འོད་ཟེར་ཞེས་བགྱི་བའི་ཀུ་སུ་ལུ་པས་རང་ལོ་སོ་གཉིས་པར་སྒྲོབས་  
 ཤིང་། ཀུན་མཁྱེན་སངས་རྒྱས་གཉིས་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས་ཀྱང་སྒྲུབ་གནས་འདི་ཉིད་རྒྱ་  
 གར་དུར་ཁྱོད་བསེལ་བའི་ཆལ་དང་མཚུངས་པར་བསྟུགས་ནས་ཆུ་ཡོས་དགྲུང་ལོ་ལྟ་  
 བརྩ་ཅ་དུག་བཞེས་པའི་རྒྱལ་སྒྲི་བའི་ཆོས་བཅོ་བརྒྱད་ཀྱི་ཉིན། སྒྲི་གདུང་ཉིད་ཆོས་  
 སྒྲུའི་བཞུགས་སྐྱེདས་ཀྱི་གདུང་ཆེན་ལྟ་དང་རིང་བསྐལ་གྱི་འབྱུང་གནས་སུ་གཞག་ནས།  
 འཇའ་འོད་ལ་སོགས་ཏེ་ཐེག་པ་མཆོག་གི་གདོད་མའི་ས་ལ་གྲུབ་མཐའ་སྟོགས་པའི་  
 ཏུགས་མཆོན་ལུ་ཏུ་ཕྱིན་པས་འགྲོ་བ་རྒྱ་མཚོ་དད་པའི་ཞིང་ས་ལ་བཀོད་དེ། དགོངས་



རིག་འཛིན་འཛིགས་མེད་གྱིང་བའི་གསུང་།

---

པ་གདོད་མའི་གཞི་དབྱིངས་སུ་རེ་ཞིག་ཐིམ་ནས་བགྲང་བའི་ཕུང་པོ་དུས་བྱུག་ཡོན་ཏན་  
གྱི་གྲངས་སུ་བརྒྱལ་བའི་དུས་ཀྱི་མཚན་པར་ཉེ་བའི་ཆོ་ཡི་གེ་བཀོད་པ་ཤིན་ཏུ་གསང་  
བའི་སྡེ་ཚན་ནོ། །

༡༡། ལྷིང་ཏིག་སྒྲིམ་པའི་བྱ་བུལ་གྱི། གོལ་ཤོར་  
ཚར་གཅོད་སེང་གེའི་ང་རོ་  
བཞུགས་སོ།།

༡༡། ཡེ་ནས་མ་བསྒྲིམས་མ་བསྐྱར་མ་བཅོས་ཤིང་། མ་ཡེངས་མ་བཟུང་རིག་པའི་  
སྒྲིང་པོ་ཅན། བཏང་བཞག་ཆེད་འཛིན་སྒྲིང་བྱལ་ཚྭ་གསལ་པ་ཆེར། རང་བབས་གཞུག་  
མའི་རྒྱན་གྱིས་བྱུག་བགྱེའོ། འོད་གསལ་རྒྱད་སྡེ་ཚྭ་གསལ་པ་ཆེན་པོའི་བཅུད། བསྐྱའི་  
བྱུགས་ཏིག་མཁའ་འགྲོའི་སྒྲིང་གི་བྱུག རིམ་དགུའི་ཐེག་པ་རྒྱན་ལས་འདས་པའི་  
དོན། རྟོག་པ་བཅུད་ཁོ་ནའི་མཐུ་ལས་བཟོད་བྱ་མིན། རྟོན་ལང་སྒྲིང་པོའི་  
དོན་མཆོག་ལ། གཅིག་ཏུ་གཞིལ་བའི་སྒྲིམ་ཆེན་རྣམས་ཀྱི་དོན། རྟོག་དཔྱད་འཇུར་  
བཅོར་བྱུགས་བཅད་མ་ཡིན་པར། རྟོང་ཆེན་དགོངས་པའི་མཛོད་ནས་འདི་བྱས་སོ། རྟོ་  
ལ་འདིར་སྒྲིན་གྱི་སྒྲིན་ལམ་དག་པས་མཆོམས་སྤྱར། རྟོགས་པ་དོན་གྱི་བཅུད་པ་  
དང་ལྷན་པའི་སྒྲིམ་དམ་པ་མཆོན་ཉིད་དང་ལྷན་པ་ཞིག་དང་མཇུག། རྟོ་ལ་ཅེ་གཅིག་  
གི་དད་འདུན་དག་པོས་ཡིད་བྱེད་ཤེས་གྱི་སྒྲིལ་ལ་བས་གསལ་བ་འདེབས་ཤེས་ན་རྒྱུན་  
མོས་གྲུས་གྱིས་བྱས་ཏེ་སྒྲིམ་པའི་རྟོགས་པ་སྒྲིབ་མ་ལ་འཕོས་ནས་རང་བཞིན་སྒྲིམ་བྱལ་  
ཚྭ་གསལ་པ་ཆེན་པོའི་གནས་ལུགས་ཆོག་དང་དཔེ་ཡིས་མི་མཆོན་ལ། གོམ་འགགས་ཤིང་།  
རྒྱུ་མ་ཆད། བྱུགས་སུ་མ་ལྟར་བ་ད་ལྟའི་བྱུགས་ཆོད་གྱི་ཤེས་པ་སྤྱི་མ་བཟུངས་མདོག་  
མ་བསྐྱར་བ་འདི་ཀ་སྒྲིམ་ལ་བྲིལ་གྱིས་སོང་ནས་སྒྲིམ་རྒྱའི་ཞེན་པ་དག ལྟ་སྒྲིམ་གྱི་  
སྒྲིག་ལས་གྲོལ། དེས་ཤེས་ནང་ནས་སྒྲི། སྒྲི་མཁན་ཡུལ་མེད་དུ་སོང་། བཟང་རྟོག་  
གིས་ཡན་མ་བཏགས། ངན་རྟོག་གིས་གཞོད་མ་བསྐྱུལ། ལུང་མ་བསྐྱར་གྱིས་མགོ་



མ་བསྐྱོར་བར་དབྱིངས་རིག་ཆམ་བདེ་ལ་དུ་སོང་ནས་ལམ་རྟགས་ཀྱི་ཡོན་ཏན་མངོན་  
 དུ་འགྱུར་ཞིང་། དེ་ལ་གོ་ལ་ས་དང་། རྗེས་ས་དང་། ཤོར་ས་ཞེས་བྱ་བའི་མིང་མེད་  
 པ་ཞིག་ལགས་སོ། །དེ་ལྟ་ན་འདྲ་། ཆོས་འདི་ཐེག་པའི་ཅེ་རྒྱལ་ཡིན་ཀྱང་གང་ཟག་  
 ལ་མཆོག་དམན་འབྲིང་གསུམ་སྟེ་ཆོག་ས་ཡོད་ཅིང་དབང་པོ་ཡང་རབ་ཤ་སྟག་ཆོག་ས་  
 དཀའ་བས་གདུལ་བྱ་དང་འདུལ་བྱེད་ཀྱི་བར་དུ་འཛོལ་ཤོར་ནས་བསྐྱོམས་ཀྱང་ཡོན་ཏན་  
 གྱེད་ཀའ་བའི་སྒྱུན་འདི་ནས་ཤོར་རོ། །དེ་ལ་རིམ་གྱེས་པའི་དབང་དུ་བྱས་ན་ཐུགས་  
 དམ་ལ་གོ་བ་མྱོང་བ་རྟོགས་པ་གསུམ་ཡོད་པ། ཐུན་མོང་ཐེག་པའི་ལམ་རིམ་དང་  
 སྒྱུར་ན། ཆོག་ས་ལམ་པས་གོ་སྒྱུར་ལམ་པས་མྱོང་། མཐོང་ལམ་པས་རྟོགས་ཞེས་  
 མཁས་གྲུབ་རྣམས་གསུངས་པ་འདི་གིན་ཏུ་བཀའ་བཅན་པར་སྒྲུབ་ངོ་། །དེང་སང་  
 གི་དུས་སུ་ཕལ་ཆེར་གོ་བ་ལ་སྒྲིམ་རྣལ་མར་བབྱང་ནས་རྒྱས་འདེབས་སུ་ཤོར་བ་མང་།  
 དེ་ཇི་ལྟ་བུ་ཞེ་ན། ཤེས་པ་གསལ་ལྟོང་གང་དུ་འང་མི་རྟོག་པའི་མཉམ་གཞག་ལྟོང་  
 ལྟོང་འཕོལ་འཕོལ་འདི་གྱེས་དུས་བདེ་ཉམས་ཁོ་ན་གསལ་ཆེ། དའི་སྒྲིམ་འདི་ཀ་ཡིན།  
 འདི་ལས་ལྟག་པ་སུས་ཀྱང་མི་ཤེས། དས་འདི་ལྟ་བུ་རྟོགས་སྒྲིམ་པའི་རང་མཐོང་  
 ཡང་སྒྱེ་བ་ཡོད་པས་འདིའི་ཆེ་སྒྲིམ་ཆད་ལུན་གྱིས་མ་ཟེན་ན། ཇི་སྐད་དུ་རྟོགས་ཆེན་  
 བས། གོ་བ་ལྟན་པ་འདྲ་སྟེ་གོག་ནས་འགོ། །ཞེས་བཤད་པ་ལྟར། རྒྱུན་བཟང་ངན་  
 དང་འཕྲད་ཆེ་རྒྱུད་འོ་མ་སོ་སོར་བྱེ་བ་མང་ཞིང་། དེ་ཡང་རྒྱུན་ངན་ལམ་དུ་སྒྲོངས་  
 པ་ནི་ཅུང་ཟད་སྒྲིམ་མོད། བཟང་རྒྱུན་ལམ་དུ་སྒྲོངས་པ་གིན་ཏུ་དཀའ་བས་རྟོགས་པ་  
 མཐོན་པོར་སྒྲིམ་པ་དག་ཀྱང་ཆེ་འདིའི་ཆེ་ཐབས་འབའ་ཞིག་ལྟར་ལེན་ཅིང་། རྣམ་  
 གཡེང་ལྟའི་བུའི་བདུད་ལ་ཞེན་པ་ཁོ་ནས་གང་བ་འདི་ནི་ཆོག་ས་དུག་རང་གྲོལ་གྱི་གནད་  
 མ་རྟོགས་པས་ལན་ལ། དེང་སང་ནི་འདི་ལ་ཡ་མཆོན་དང་གྲུབ་རྟགས་སུ་བྱེད་པས་  
 འདི་སྒྲིམ་པ་པོ་བྱ་རྒྱུ་དཀའ་པོར་ཟད་མོད། །འོན་ཀྱང་སྒྲིང་ནས་དམ་ཆོས་བྱེད་པ་

དག་འདིའི་ཆེ་མཆན་མ་ཅན་གྱི་ལྟ་བུ་ཐོམ་ཡོ་རེ་བ་དེ་ལ་སྒྲིམ་གོ་གཅོད་པར་བྱན་བཞིན་  
 སྒྲུ་མའི་རྩ་ལ་འབྱོར་ལ་རྩ་ལ་འདོན་ཅིང་དབང་བཞི་སྒྲུངས་རྗེས་ཐུགས་ཡིད་བསྐྱེས་པའི་  
 རིང་ང་ལ་རིག་པ་ཁ་ཡན་དུ་སྒྲོད་ལ་ཉམས་དེའི་ངོ་བོ་གཏད་མེད་ཁྱུངས་མེད་དུ་མ་སོང་  
 བར་སྒྲིང་ལ་རྩོམ་གཏུག་གོ། དེ་བཞིན་དུ་ཉམས་སྒྲིང་ལ་ཞིག་ནས་ཤས་ཆེ་བའི་  
 སྒྲིང་ཉམས་དང་། ལྷག་མཐོང་ཤས་ཆེ་བའི་གསལ་ཉམས་སོགས་མདོར་ན་འགྲུ་དྲན་  
 གྱི་མཆང་རིག་ཅིང་སོ་སོར་རྟོག་པའི་ཤེས་རབ་ཀྱི་རྩ་ལ་འབར་ནས་གནས་འགྲུག་ཉིས་  
 ཀ་སྒྲིམ་དུ་བྱེད་ཤེས་པ་ཡོད་ཀྱང་། ཤེས་མཁན་གྱི་ངོ་བོ་ལ་ང་བདག་གི་འཛིན་སྒྲུངས་  
 དམ་སྒྲིང་རེ་བ་དང་། བརྟག་དཔྱད་བསམ་གཞིགས་ཀྱི་གཤིས་ལ་ཤོར་བ་སོགས་ཤིན་  
 ཏུ་ཤློག་ཏུ་གྱུར་པའི་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་རྩམ་པོ་ཆེ་འདི་ན་ཡོད་པས་རྣམ་རྟོག་ལ་ཆོས་སྒྲུའི་  
 མིང་འདོགས་ལ་མི་སྒྲུ་བར་ད་ལྟར་གྱི་ཤེས་པ་གྲུ་མ་ཉམས་ཤིང་བྱར་མ་ཆགས་པ་འདི་ཀ་  
 ལ་སྒྲིམ་མཁན་གྱི་གཉེན་པོ་དང་། ལྟ་བའི་ཞེན་པས་མ་བཅིངས་པར་བྱང་ཐལ་ཁ་ཡན་  
 དུ་ལམ་དུ་འབྱེད་བཞུགས་ལས་ལྷག་པའི་མཉམ་གཞིགས་དང་རྗེས་ཐོབ་ཀྱི་གོ་བ་ལ་བརྟག་  
 དཔྱད་ཀྱི་བྱ་ཤོར་ན། ལམ་གོ་ལ་ས་དང་། རྟོར་ས་དང་། ཤོར་ས་གསུམ་གྱི་འབྲང་  
 ཡོད་དེ་དེ་ལ་དེ་དག་གི་ངོས་ཟེན་མ་ཤེས་ན། ཡིན་པ་དང་མིན་པའི་སྒྲུངས་མི་བྱེད་  
 པས་འདིར་དེ་དག་གི་མཆང་འཆད་ན། སྒྲིང་པ་ཉིད་ཅེས་པ་དེ་ཡེ་གཏོད་མ་ནས་སྒྲིང་  
 ཞིང་བདག་མེད་པ་སྒྲིས་པའི་མཐའ་བཞིའམ་བརྒྱད་དང་བྲལ་བ་ད་ལྟའི་ཤེས་པ་སྒྲོ་  
 འདས་ཁ་ཡན་འདི་ཀ་རིག་པ་ལ་ཟེར་བ་དེ་མ་གོ་ལ་བར། ཐེག་པ་འོག་མ་ལྟར་ཡོད་  
 མེད་དགག་སྒྲུབ་ཀྱི་སྒྲོས་དཔྱད་པའི་རྗེས་ཀྱི་ཅི་ཡང་མེད་པའི་སྒྲིང་པའམ། རྒྱད་སྟེ་  
 འོག་མ་ལྟར་སྒྲུ་བྱ་མའི་སྒྲུགས་སོགས་ཀྱིས་སྒྲིང་པར་སྒྲུངས་པའི་ཉིང་རེ་འཛིན་གསལ་  
 སྒྲིང་ཙམ་དུ་ཁས་ལེན་ཅིང་སྒྲུ་མ་ལྟ་བུའི་ལྟ་བུ་ལྟར་སྒྲིང་ན་ནོར། དེ་བཞིན་དུ་གཞི་  
 གནས་ནི་ཕྱ་རགས་ཀྱི་རྣམ་རྟོག་རང་སར་ཞི་སྟེ། སེམས་ཉིད་འགྲུ་དྲན་གྱི་རྒྱབས་



དང་བྲལ་ནས་དངས་སེང་དེ་གནས་པའི་ཆ་རང་རིག་རང་གསལ་དེ་ཡིན་པ་མ་གོ་བར་  
 གནས་པ་དྲན་མེད་ཏང་པོ་ལ་གོ་ན་ནོར། ལྷག་མཐོང་ནི་གནས་འགྱུ་གཉིས་ཀ་རང་  
 རོ་རིག་པའི་ཤེས་པའི་ངར་གདངས་གསལ་རིག་འཛིན་མེད་འདི་ཀ་ཡིན་པ་ལ། དེ་  
 མ་གོ་བར་གནས་འགྱུ་ལ་བརྟག་དབྱེད་བྱེད་པའི་སྒོ་དང་ནོར་ས་ཡོད། མཉམ་གཞག་  
 རྗེས་ཐོབ་ཅེས་པ་ལ་བཞེད་ལུགས་སྒྲ་ཆོགས་ཡོད་ཀྱང་། རྗེས་ཆེན་རང་སྒྲིབ་དུ་གང་  
 ཤར་གྱི་ངོ་བོ་དྲན་པའི་རྩིས་ཟེན་བཞིན་པའི་ངང་དུ་གནས་པ་ལ་མཉམ་གཞག་དང་།  
 དེ་ཉིད་ཤེས་བཞིན་གྱི་ངང་དུ་སྒྲུལ་བསྐྱར་སོགས་འགྱུར་བའི་ཆ་དེ་རྗེས་ཐོབ་ཡིན་པ་  
 མ་གོ་བར། ལྷ་སྒྲིབ་ཀྱི་སྒྲོང་པ་ལ་ཅེ་གཅིག་ཏུ་འཛིག་པ་ལ་མཉམ་གཞག་དང་། དེ་  
 ལས་ལངས་ནས་གང་ཤར་སྒྲུ་མ་ལྷ་བུའི་སྒྲོང་ཉིད་གྱི་རྒྱས་འདེབས་བྱེད་པ་ལ་རྗེས་ཐོབ་  
 ཏུ་འདོགས་པ་ནོར། ཡངས་མེད་ནི། འབྲུལ་འབྲུམས་གྱི་རྣམ་རྟོག་འོག་འགྱུར་ཤོར་  
 བ་དང་ལུང་མ་བསྟན་དུ་མ་སོང་བར་ཡང་དག་གཞུག་མའི་དྲན་པ་ལ་ཟེར་གྱིས་ཡངས་  
 གྱི་དོགས་པའི་ཟོན་འཇུག་པ་དང་། སྒྲུག་བཅོར་འཇུར་དྲན་གྱིས་བཅིངས་ན་ནོར།  
 ཐ་མལ་གྱི་ཤེས་པ་ནི་ད་ལྟའི་ཤེས་པ་སྒྱུན་ཡོན་གང་གི་ཀྱང་མ་བསྐྱད་པའི་རང་བབས་  
 འདི་ཀ་རིག་པའི་རྒྱན་གྱིས་སྒྲོང་བ་ལ་ཟེར་བ་མ་གོ་བར། འཛིག་རྟོན་ཐ་མལ་གྱི་རྣམ་  
 རྟོག་རང་རྒྱད་པ་ལ་ངོས་འཛིན་པ་ནོར། སྒྲོམ་མེད་ནི་གནས་ལུགས་ལུམས་སུ་ཞུགས་  
 ནས་སྒྲོམ་མི་སྒྲོམ་གྱི་ཞེན་པ་དག་སྟེ་སེམས་ལ་བཟོ་བཅོས་དང་དམིགས་གཏད་གང་  
 ཡང་མེད་པར་བྱབ་གདལ་གྱི་དྲན་པའི་མཁར་རྒྱགས་པ་ལ་ཟེར་གྱིས། སྒྲོས་བཏང་  
 བའི་བཏང་སྒྲོམས་ཐ་མལ་དུ་སྒྲོད་པའམ། ཅི་ཡིན་འདི་ཡིན་མེད་པའི་ལུང་མ་བསྟན་  
 དུ་རྒྱ་འབྲུམས་ན་ནོར། གང་ཤར་སྒྲོང་བ་ཟེར་བ་དེ། གང་ཤར་གྱི་རྣམ་རྟོག་དེ་ལ་  
 ཅེར་གྱིས་བལྟས་ནས་དགག་པ་ཡང་མ་ཡིན། དེ་ལ་བརྟག་གཞིག་བྱེད་པ་ཡང་མ་  
 ཡིན། དེའི་རྗེས་སུ་འབྲང་བ་ཡང་མ་ཡིན་པར་རྣམ་རྟོག་ཤར་མཁན་ཁོ་རང་གི་ཐོག་

ཏུ་སྒོད་ནས་གནས་འགྲུ་ཟང་ཐལ་དུ་སྒྲོང་བ་ལ་ཟེར་བ་མ་གོ་བར། གང་ཤར་རང་  
 དགར་རྗེས་སུ་འབྲང་ཞིང་རྟོག་དཔྱོད་བྱེད་ན་ནོར། དེ་བཞིན་དུ་གོལ་ས་གསུམ་ནི།  
 བདེ་བ་ལ་ཞེན་ན་འདོད་ཁམས་ཀྱི་ལྟར་སྒྲེ། གསལ་བ་ལ་ཞེན་ན་གཟུགས་ཁམས་ཀྱི་  
 ལྟར་སྒྲེ། མི་རྟོག་པ་ལ་ཞེན་ན་གཟུགས་མེད་ཀྱི་ལྟར་སྒྲེ། བས་གོལ་ས་ཞེས་བྱ་ལ། དེའི་  
 རིས་འཛིན་དང་ནོར་ས་བཤད་ན། བདེ་བ་ཞེས་བྱ་བ་དེ་ཅུ་བའི་སྤྲུག་བསྐྱལ་ཆེན་པོ་  
 གསུམ་གྱིས་མ་བསྐྱད་པར་གནས་ལུགས་དེའི་ངང་ལ་འབྲལ་མི་ཐོད་བ་ལྟ་བུའི་དགའ་  
 བདེའི་ཉམས་འཆར་བ་ལ་ཟེར་གྱིས། ཟག་བཅས་འདོད་ཆགས་ཀྱི་བདེ་བ་ལྟ་བུའམ།  
 ཡུལ་རྒྱུན་གྱིས་བསྐྱར་བའི་སྒྲིད་སྒྲུང་དང་དགའ་སྒྲོའི་རྣམ་རྟོག་འཆར་བ་ལྟ་བུ་ལ་ཟེར་  
 བ་མ་ཡིན། གསལ་བ་ཞེས་པ་དེ་སྤྲུགས་པའམ་བྱིང་འཐིབས་ལྟ་བུའི་བགོགས་གྱིས་  
 མ་བསྐྱད་པར་རིག་པའི་ངར་ཆའམ་འཆར་སྒྲོ། འགག་མེད་དུ་གསལ་བ་ལ་ཟེར་གྱིས།  
 ཡུལ་སྒྲུང་གི་ཁ་དོག་བཟོ་དབྱིབས་སོགས་མཆན་བཅས་ཀྱི་འཆར་སྒྲོ་འབྲུལ་སྒྲུང་གི་  
 རང་གཟུགས་ལ་ཟེར་བ་མ་ཡིན་ནོ། །མི་རྟོག་པ་ཡང་། རྣམ་རྟོག་མི་འགྲུ་དགུ་འགྲུ་  
 ལ་འཐས་འབྲུལ་རྟོག་གི་གཡོ་འབྲུགས་དང་བྲལ་བའི་རྟོག་མེད་ནམ་མཁའ་ལྟ་བུ་ལ་  
 ཟེར་གྱིས། དུན་མེད་དུ་བརྒྱལ་བ་ལྟ་བུའི་ཆོར་བ་འགགས་པའམ་གཉིད་འབྲུག་ལྟ་  
 བུའི་སུན་ནག་ལ་ཟེར་བ་མ་ཡིན་ནོ། །མདོར་ན་ཉམས་གསུམ་པོ་འདི་ཡང་ལམ་རྟགས་  
 ཀྱི་འཆར་ཚུལ་ཙམ་དུ་བྱགས་འབྲུང་དུ་བྲུང་བ་ཡིན་པ་མ་རྟོགས། དེ་ཡོད་དུ་རེ་ནས་  
 ཆེད་དུ་སྒྲིམ་པ་དང་། བྲུང་བ་ལ་སྒྲིམ་རྣལ་མར་བཟུང་ནས་ཞེན་ཅིང་ཆགས་ན་ཁམས་  
 གསུམ་དུ་གོལ་བའི་རྒྱལ་ས་མ་འདས་སོ། །དེ་བཞིན་དུ་ཤོར་ས་བཞི་ལ་སྒྲོང་བ་ཉིད་  
 ཤེས་བྱའི་གཤིས་ལ་ཤོར་བ། སྒྲོང་བ་ཉིད་ལམ་དུ་ཤོར་བ། སྒྲོང་ཉིད་གཉེན་པོར་  
 ཤོར་བ། སྒྲོང་ཉིད་རྒྱས་འདེབས་སུ་ཤོར་བ་དང་བཞི་ཡོད་ཅིང་དེ་དག་རེ་རེ་ལའང་  
 ཡེ་ཤོར་དང་འབྲལ་ཤོར་གཉིས་སུ་དབྱེ་བར་བཤད་ཀྱང་། མདོར་ཉིལ་གྱིས་དྲིལ་ན་



དོན་དམ་པའི་སྤྲོད་ཉིད་ཀྱི་ངོ་བོ་གདོད་ནས་རྣམ་པར་དག་པ་བྱས་ཆོས་དང་སྤྲོས་བཏང་  
 ཀྱི་སྤྲོག་ལས་གྲོལ་བ་དང་ལྟའི་རིག་པ་ཀ་དག་ཕྱོགས་ཡན་ཆེན་པོའི་གནད་མ་གོ་བར།  
 སྤང་བ་ལ་སྤྲོད་པས་རྒྱས་འདེབས་ལྟ་བུའི་སྤྲོད་པ་ལོགས་ནས་བསྐྱབ་ན་གཤིས་ལ་ཤོར་  
 བའོ། །དེ་བཞིན་དུ་རང་རིག་ཐ་མལ་ཤེས་པའི་ལམ་བྱེད་ལ་ཡིད་མ་ཆེས་ཤིང་རྒྱ་  
 འབྲས་དབྱེར་མེད་ཀྱི་རང་བཞིན་ཡེ་ནས་ལྟན་གྱུ་བ་ཏུ་ཆང་བ་མ་ཤེས་པར། ལམ་  
 སྤྲོད་ཉིད་སྒྲིམ་པས་འབྲས་བུ་ཆོས་ཀྱི་སྒྲུ་གཞན་ནས་འབྱུང་དུ་རེ་ནས་འབད་པས་སྤྲོས་  
 བཏགས་ཏེ་སྒྲིམ་པ་ནི་ལམ་དུ་ཤོར་བའོ། །ཉོན་མོངས་པ་དང་རྣམ་རྟོག་གང་ཤར་  
 ཡང་དེ་ཁའི་ངོ་བོ་ཡེ་ནས་སྤྲོད་པ་ཉིད་ལས་མ་འདས་པས་སྤང་རྒྱའི་ཉོན་མོངས་དང་།  
 གཉེན་པོའི་སྤྲོད་ཉིད་གཉིས་སུ་མ་དགོས་པར་སྤང་བྱ་བོ་རང་རིག་པས་ངོས་ཟེན་པ་དང་  
 མཉམ་དུ་སྐྱུལ་གྱི་མདུད་པ་ཞིག་པ་ལྟར་རང་གྲོལ་དུ་སྤང་བའི་གནད་མ་གོ་བར། སྤང་  
 བྱའི་རྣམ་རྟོག་དང་ཉོན་མོངས་ཀྱི་སྤྲོད་དུ་གཉེན་པོའི་སྤྲོད་ཉིད་ལོགས་སུ་བསྒྲིམ་དགོས་  
 ར་གཉེན་པོར་ཤོར་བའོ། །རྒྱས་འདེབས་ལ་ཤོར་བ་ནི་སྤྲོས་བཅས་དང་སྤྲོས་མེད་  
 གང་ཡིན་ཀྱང་ཡེ་ནས་སྤྲོད་ཆེན་ཀྱན་ཏུ་བཟང་མའི་མཁའ་དབྱིངས་སུ་གསལ་ལ་སྤྲོད་བྱང་  
 འཇུག་ཆེན་པོར་ལྟན་གྱུ་བ་ཏུ་མ་ཤེས་པར་ཨ་འབྲས་ཀྱི་སྒྲིམ་མཁའ་དང་དམིགས་མེད་  
 དུ་སྤྲོད་བའི་འཛིན་སྤངས་བྱང་དུ་མ་རྒྱད་པས་ཐབས་ཤེས་ལ་བྱལ་བ་དང་། ཐ་མལ་  
 ཀྱི་རིག་པ་སྤྲོ་འདས་ཀྱི་རྒྱན་དམིགས་མེད་ཀྱི་བྱ་རས་མི་སྤྲོད་བར་ཐོག་མའི་གོ་ཡུལ་དེ་  
 ཡིད་ལ་བཞག་ནས་བསྒྲིམ་བྱ་སྒྲིམ་བྱེད་མེད་དོ། །ཐམས་ཅད་སྤྲོད་པ་ཉིད་དོ། །ཐམས་  
 ཅད་ཆོས་སྐྱའོ། །ལས་འབྲས་མི་བདེན་ནོ། །སྤྲོ་ཡིན་ནོ། །རྣམ་རྟོག་ཡིན་ནོ། །གང་  
 ཡང་མ་གྱུ་བ་བོ་ཞེས་ཐག་ཆོད་ཀྱི་སྤྲོད་ལྟས་རྒྱས་འདེབས་པ་ལ་ཟེར་གྱིས་འདི་ནི་དང་  
 སང་ཤིན་ཏུ་མང་ངོ། །མདོར་ན་སྒྲིམ་བདག་པོའི་ལག་ཏུ་འབྱོད་ནས་རྣམ་ཀྱན་མཆོག་  
 ལྟན་གྱི་སར་བགྲོད་པ་ལ་ཤོར་གོར་ནོར་ས་གསུམ་གྱི་བསྐྱངས་ས་དང་འབྲང་ཤིན་ཏུ་

དོག་པས་ཉམས་མྱོང་དེ་དག་ལ་གདར་ག་མ་ཆོད་ན་ཁ་ཁྱེར་དང་ཆོག་ཁྱེར་མཁས་ཀྱང་།  
 ཇི་སྐད་དུ་རྫོགས་ཆེན་ནས། ཉམས་ན་བུན་འདྲ་སྟེ་ཡལ་ནས་འགོ། ཞེས་བཤད་པ་  
 ལྟར་ཡལ་གྱི་རྒྱུན་བཟང་ངན་ཕྱན་བུས་ཀྱང་སྒྲོམ་ཆེན་པ་བསྐྱས་ནས་རྒྱུན་ཐོག་དུ་འཆོལ་  
 བ་དེས་ལེན་པར་གདའ་སྟེ། དེའི་ཕྱིར་གོགས་སེལ་བོགས་འདོན་གྱི་གནད་བྱད་པར་  
 ཅན་གྱིས་མ་ཟེན་ན་མི་དང་མ་འཕྲད་པའི་བཅད་རྒྱ་དམ་པོ་བྱེད་པ་དང་། སྟག་བཅོར་  
 བྱས་ཡུས་ཅན་གྱི་སེམས་འཛིན་ལུས་གནད་དམ་པོས་འཆིང་བ་དང་། ལྟ་སྒྲོམ་པ་དང་  
 སྟགས་བསྐྱེད་པ་དང་། ཅ་རྒྱུང་སྒྲོམ་པ་ལ་སོགས་སྟག་པོ་སྐྱས་བཅའ་ནས་ཉོས་པ་  
 གཅིག་བུས་ཐར་པ་བྱང་རྒྱུ་ག་ལ་ཐོབ་སྟེ། འཕགས་པ་སྟེད་པ་ལས། གང་ཞིག་  
 དཔག་ཆད་ལྟ་བརྒྱུ་ཡོད་པའི་རི་ཡི་སྟལ། །སྟལ་གྱིས་གང་བར་ལོ་མང་བྱེ་བར་གནས་  
 བྱས་ཀྱང་། །དབེན་པ་འདི་མི་ཤེས་པའི་བྱང་རྒྱུ་སེམས་དཔའ་ནི། །ལྟག་པའི་ང་རྒྱལ་  
 རྟེན་ནས་འགོ་བར་གནས་པ་ཡིན། །ཞེས་གསུངས་སོ། །དེའི་ཕྱིར་ན་གང་གར་ལམ་  
 འཁྱེར་གྱི་གནད་ཤེས་ནས་ལུས་ཀྱི་མཆོམས་ཁང་དུ་སེམས་ཀྱི་སྒྱུབ་པ་པོ་དབེན་པར་  
 གནས་པའི་སྒྱུབ་པ་ཁོ་ན་ལས་ཆོད་ཆེ་བའི་ལམ་མེད་པས་ལོ་མཆོམས་སྟེ་མཆོམས་ཀྱི་  
 བྱས་ཡུས་ལ་རེ་ལྟོས་མི་འཆའ་བར་མི་ཆོ་ཁོ་ན་ལ་ཆད་བཅུགས་ནས་གནས་ལུགས་མ་  
 བཅོས་པའི་རྒྱན་སྒྱོང་བ་ལ་འབད་ཅིང་། བཟང་ངན་གྱི་རྣམ་རྟོག་གང་གར་ཡང་རྣམ་  
 རྟོག་གོ་སྒྲུམ་པའི་ཅེར་འཛིན་གྱི་ལྟན་པ་འདེབས་པ་དང་སྟར་བྱའི་སྟེང་དུ་གཉན་པོའི་  
 མེ་བཅའ་རྒྱག་པ་སོགས་གང་ཡང་མི་བྱེད་པར་མི་རྒན་གྱིས་བྱིས་པའི་རྩེད་མོ་ལ་བལྟ་  
 བ་ལྟར་སྟངས་མེད་སྒྲོས་བྲལ་གྱི་ངང་དུ་ཉིན་མཆོན་བར་མེད་དུ་ལ་བསྒྲོལ་བར་བྱས་པས་  
 ལྟག་མཐོང་རྟོག་མེད་གྱི་རྩལ་རྫོགས་ཏེ། གནས་འགྱུ་དན་རིག་བཟང་རྟོག་ངན་རྟོག་  
 ཇི་ལྟ་བུ་འཆར་ཡང་རིག་སྟོང་སྟོ་འདས་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་གྲོང་དུ་བཅན་ས་ཟེན་པས་  
 ར་རྫོགས་ཆེན་ནས། རྟོགས་པ་ནམ་མཁའ་འདྲ་སྟེ་འགྱུར་བ་མེད། །ཅེས་པ་ལྟར་རྣལ་



འབྱོར་བ་དེ་ལུས་ཐ་མལ་བ་ལྟར་སྒྲུང་ཡང་སེམས་ཚུལ་སྒྲུབ་ཅུ་ལ་དང་བུལ་བའི་དགོངས་  
 བ་ལ་བཞུགས་པས་སྒྲུང་གི་ད་སྒྲུབ་མའི་དགྱིལ་ལོར་གང་ཤར་ཡེ་ཤེས་ཆམ་བདེལ་ཡུལ་  
 སྒྲུང་བདེ་དང་དཔེ་ཆ། ས་ལམ་བུར་མེད་ལྷག་པ་དགོངས་པ་ལོར་འདས་ཡེ་གྲོལ་  
 གྱི་གློང་ནས་གནས་སྒྲུབས་སུ་བསྟན་པ་དང་སེམས་ཅན་གྱི་དོན་འབད་མེད་ལྷན་གྲུབ་ཏུ་  
 འབྱུང་ཞིང་། ལུས་རྒྱུའི་འཛིང་བ་ཞིག་པ་དང་དུས་མཚུངས་པར་བུམ་ནང་གི་ནམ་  
 མཁའ་བུམ་པ་ཆག་པ་དང་ལྷན་ཅིག་ཕྱི་ནམ་མཁའ་དང་དབྱེར་མེད་རོ་གཅིག་ཏུ་གྱུར་  
 བ་ལྟར། གདོད་མའི་གཞི་དབྱིངས་ནང་གསལ་དབྱེད་བྱེད་གྱི་ཤེས་པ་དང་བུལ་བའི་  
 གཞོན་ནུ་བུམ་པའི་སྒྲུར་མངོན་སངས་རྒྱ་བ་ནི་བསྒྲུབ་བྱའི་མཐར་ཐུག་གོ །འདིར་  
 སྒྲུས་པ། ཀུན་རྫོབ་ལབུལ་པའི་སྒྲུང་བ་རྩུན་པོ་ཆེ། གློང་ཆེན་རིག་པའི་གཤིས་སུ་  
 རུབ་རྒྱབ་པའི། འབྱུངས་སེམས་གྱི་བྱ་བྱེད་བྱིས་པའི་གར། གློ་འདས་བྱན་པའི་ངང་  
 དུ་བག་ལ་ཞ། ལྟ་བ་མཐོན་པོར་སྟེགས་པའི་བཟང་ཉྱེག་དང་། བེ་ཆོམ་སྒྲིག་ཏུ་རྒྱུད་  
 པའི་ངན་ཉྱེག་ཆང་། བརྒྱུངས་པའི་གཏི་མུག་གཉིད་གྱིས་མ་བཟི་བར། བཅ་མལ་  
 རིག་པ་རྫོན་པ་ལྟོད་དེར་གནས། གོ་ཡུལ་ཁ་ལྟར་འབྱམས་པའི་ལྷན་གོག་དང་། །  
 གནས་འབྱུའི་འཕྲང་ལ་འཛོར་བའི་དུམ་སྟགས། དགོངས་བརྒྱད་རྩི་རྩེའི་ཆོག་རྒྱང་  
 ཟབ་མོ་ཡི། ལྷན་དུའི་གཏམ་གྱིས་ལན་བརྒྱར་བེལ་གྱིས་མནན། སྒྲོན་བསགས་  
 སྒྲོན་ལམ་དཀར་པོའི་རྟོན་འབྲེལ་དང་། ཟབ་ལམ་རྩི་རྩེའི་རྣལ་འབྱོར་བཀའ་བྲིན་ལས།  
 དབུ་མའི་རྩ་མདུད་གྲོལ་བའི་ལག་རྩེས་སུ། ཉམས་སྦྱང་གནད་གྱི་མན་ངག་འདི་གོ་བུས། །  
 དེ་ལྟའི་དབྱར་རྩེའི་ང་རོ་བསྒྲགས་པ་ན། མཁས་རྩོམ་ས་ཀུ་ཅི་ཡི་སྒྲིང་འགས་ཀྱང་། །  
 ཉམས་རྟོགས་ཟབ་མོ་ཁོང་ནས་ལུད་པའི་ཕྱིར། གློང་བརྩོལ་གཏམ་ལ་སྒྲགས་བྱ་  
 མ་ཐུབ། དགོ་དེས་རང་བབས་བྱན་པ་སྒྲིང་བ་ལ། འཇུར་བྱན་ཆལ་པར་ཤོག་བའི་  
 མི་དགོ་ཀུན། ཤུགས་འབྱུང་གཞུག་མའི་ངང་དུ་དག་ནས་ཀྱང་། ཀུན་གྱིས་རྫོགས་

བ་ཆེན་པོ་རྟོགས་པར་ཤོག། །ཅེས་གོལ་ཤོར་ཚར་གཙོད་སེང་གའི་ང་རོ་ཅེས་བྱ་བ་  
 འདི་ཡང་དད་གཏོང་ཐོས་པའི་ནོར་གྱིས་ལྷུག་ཅིང་། འོད་གསལ་ལྡོགས་པ་ཆེན་པོ་  
 ལ་འབྲོ་ཁྱད་མེད་པར་སྒྲིང་བའི་སྟོན་དགའི་ལས་འབྲོ་ཅན་ཆོས་དུང་དམ་པ་སྒྲོང་གྱོལ་  
 དབྱིངས་རིག་དང་། དབེན་པ་གསུམ་གྱིས་རྒྱད་བསྐྱམས་ཏེ་འདག་འབྱར་ཁོ་ན་ལ་  
 གནས་པས་འོད་གསལ་རྩི་རྩི་སྒྲིང་བའི་སྒྱབ་པ་ལ་བརྩོན་པ་སྒྲུ་གསུམ་དབྱིངས་རིག་  
 སོགས་གྱིས་ལན་གཅིག་མ་ཡིན་པར་ཡང་ཡང་བསྐྱལ་འདེབས་བྱུང་བར་བརྟེན། འོད་  
 གསལ་ལྡོགས་པ་ཆེན་པོ་མངོན་སུམ་གྱི་གནས་ལ་གོམས་པར་སྒྲོམ་བའི་ཀླ་སུ་ལའི་རྣལ་  
 འབྱོར་པ་བདུ་དབང་ཆེན་ཡེ་ཤེས་དཔལ་གྱི་རོལ་མཚོས། དཔལ་གྱི་མཆིམས་སུའི་  
 ལྟེ་བ་འོག་མིན་མཁའ་འགྲོའི་ཆོགས་ཁང་གསང་ཆེན་མེ་ཏྲག་ལུག་གི་མཆིམས་མལ་  
 དུ་བྱིས་པ་འདི་བྲིད་མ་ཐོབ་པ་དང་། ཐོབ་ཀྱང་རང་ཅེས་ཀྱི་དུག་ཆུས་མྱོས་ཤིང་ལམ་  
 གྱི་གནད་མ་ཡོངས་པའི་སྐལ་མེད་ལོག་ལྟ་ཅན་གྱི་རིགས་ལ་བསྟན་པར་མི་བྱའོ། །  
 སྒྱབ་པ་སྒྲིང་བོར་བྱེད་པ་རྣམས་གྱིས་ཡི་གེ་འདི་ལ་ནན་ཏན་དུ་གཟིགས་ཤིག རེས་  
 ཤེས་སྒྲེས་ཚད་ལ་ལུང་བྱིན་པ་ཡིན་ནོ། །སྒྲིང་ཏྲིག་གཉེན་བའི་བཀའ་བྱུང་རྣམས་ལ་  
 གཉེར་རོ།།སམ་ཡེ་ ཀུ་ཀུ་ཀུ་



༡༡། །རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་གནས་ལུགས་ཅེར་མཐོང་  
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས། ལས་དང་  
པོ་པ་ལ་འདི་མཁོ།

༡༡༡། །གཞི་རང་གྲོལ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོ་ལ། །སྒོ་འདུད་བྱེད་བྲལ་བས་ཕྱག་  
བགྱིའོ། །དོན་རང་རིག་སྒོ་བྲལ་རྫོགས་ཆེན་ཞེས། །དུས་ད་ལྟ་མཐོང་བར་བྱིན་གྱིས་  
སྒྲོབས། །རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་དོན་གྱི་འཛིག་སོ་ནི། ད་ལྟའི་རང་སེམས་བཅས་མེད་  
ལུག་པར་བསྐྱར་བཀོད་སྤྱ་ཅམ་མ་སོང་བའི་གསལ་རིག་རྫོགས་པ་འདི་ཀ་ཡིན། དེ་ཉིད་  
དུས་དྲག་པར་བྱ་ཉལ་འགྲོ་འདུག་གང་གི་སྐབས་སུ་ཡང་མ་བརྟེན་ཅམ་པའི་དྲན་པས་  
སྒྲོང་བ་དེ་ལ་སྒྲིམ་ཟེར་བ་ཡིན་ཀྱང་ཤེས་བྱའི་སྒྲིབ་པ་དང་མ་བྲལ་བར་དུ་བདེ་གསལ་  
མི་རྟོག་གསུམ་གྱི་ཉམས་དང་མ་འདྲེས་པ་ཞིག་འོང་མི་སྲིད་ཀྱང་དྲན་པས་ཆེད་དུ་གཙུར་  
བའི་འཇུར་དྲན་མ་ཡིན་པའི་ངོས་ནས་རང་ངོ་རང་ཤེས་མ་བརྟེན་ཅམ་དུ་བསྐྱངས་པས་  
ཅི་ཞིག་ན་དོན་དམ་སྒྲིམ་བྲལ་གྱི་བདེན་པ་དཔེ་དང་ཐ་སྙད་ལས་འདས་པ་ཞིག་འཆར་  
ནས་ཡོང་། དེ་ཡང་རེ་ཞིག་ལས་དང་པོའི་རིགས་ལ་རྣམ་རྟོག་ནག་པོ་ཁ་འབྱམས་  
ཀྱིས་དྲན་པ་ཡོངས་སུ་བཙུག་ཡོངས་བས་རྣམ་རྟོག་བརྟན་འགྲིལ་མང་ཅམ་འོག་འགྱུར་  
སོང་རྗེས་སྐབས་ཤིག་ན་དྲན་པ་རྟོག་གི་སྒྲིབས་ནས་ང་ཡོངས་འདུག་སྐྱམ་པའི་འགྲོད་  
པ་སྒྲིལ་ཡང་། དེ་ཆོ་རྣམ་རྟོག་སྤྱ་མའི་གཞུག་གཅིད་དང་ཡོངས་པ་ལ་འགྲོད་པ་སོགས་  
གང་ཡང་མི་བྱ་བར་དྲན་པ་རྟོག་གི་སྒྲིབས་པ་དེ་ཁའི་ཐོག་ཏུ་རང་བབས་གྱི་རྒྱན་སྒྲོང་  
རྣམ་རྟོག་ལ་ཆོས་སྐྱར་ལྟ་མི་སྤང་ཟེར་བ་གྲགས་ཆེ་ཡང་། ལུག་མཐོང་གི་ཕུལ་མ་རྫོག་  
རིང་དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཅི་ཡིན་འདི་ཡིན་མེད་པའི་བློས་སྤྱད་དེས་པས་དེས་ན་དང་པོའི་

རིང་རྣམ་རྟོག་གང་ཤར་ལ་ཅེར་གྱིས་བལྟས་ནས་རྟོག་དབྱུང་བསམ་གཞིག་གང་ཡང་  
 མི་བྱ་བར་རྣམ་རྟོག་ངོ་ཤེས་མཁན་རང་གི་ཐོག་ཏུ་བྱིས་པའི་ཅེད་མོ་ལ་མི་རྒན་གྱིས་སུན་  
 འབྱེན་སྤང་མེད་བྱེད་པ་བཞིན་དུ་ཅིས་མེད་བདེན་མེད་གཡས་ཆུང་དུ་འཛོག་ དེ་ལ་  
 རྒྱན་རིང་བར་གོམས་ཅན་ཅི་ཞིག་ན་རྣམ་རྟོག་སྒྲིམ་ལ་ཤར་ནས་གནས་འགྲུ་མཉམ་  
 གྲོལ་དུ་འགོ་བ་ཡིན། འདིའི་ཆེ་རྣམ་རྟོག་ངོ་ཤེས་ནས་ཆོས་སྐྱར་གྲོལ་བ། རྣམ་རྟོག་  
 ཁོ་རང་ཆོས་སྐྱར་གྲོལ་བ། རྣམ་རྟོག་ཕན་མེད་གཞོན་མེད་དུ་ཆོས་སྐྱར་གྲོལ་བ་སོར་  
 རིམ་པར་འབྱུང་བ་རྫོགས་པ་ཆེན་པོའི་དགོངས་བརྒྱད་གྱི་ཕ་ཕོགས་ཐོབ་པའི་བཤེས་  
 གཉེན་དམ་པས་སོ་མཆོམས་འབྱེད་དགོས་ལ། ཐེག་པ་གཞན་པ་དང་ཡིད་དབྱེད་  
 པའི་རྣམ་རྟོག་ཆོས་སྐྱར་ལྟ་བའི་ལུགས་དང་མི་འདྲ་བའི་གནད་ཆེ་ཤོས་ཞིག་འདི་ན་  
 ཡོད་དེ་མན་ངག་སྒྲེའི་དགོངས་བ་ཐུན་མོང་མ་ཡིན་པ་ལོན་པའི་ས་གནས་ཀྱི་སེམས་དཔའ་  
 རྣམས་ཀྱིས་གྲུབ་མཐའ་སྟོགས། དེ་ནས་སྤངས་ཐོབ་བྲལ་བའི་སྒྲིམ་བྲལ་ནམ་མཁའ་  
 ལྟ་བུ་རྟོགས་པའི་ཆེ་སྒྲིམ་བྱེད་དང་དྲན་རིག་གི་གཉེན་པོ་གཏད་ཡལ་ལ་སོང་ནས་ཤེས་  
 རྒྱུད་མཁའ་ལྟར་དག་སྟེ་ཐེ་ཆོམ་དང་ཡིན་མིན་གྱི་འཆིང་བ་རང་སར་གྲོལ་བ་ཞིག་འབྱུང་  
 བ་སུས་ཀྱང་མ་བྱས་པའི་རིག་པ་སྟོ་འདས་ཟང་ཁ་རྒྱ་ཡན་ཆེན་པོར་ལ་བསྟོ་བའི་ཆེ་  
 ན། འདི་ཉིད་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བདེན་མཐོང་མོས་དབྱེད་ལས་འཕགས་པ་ཡིན་པའི་  
 པས་ཁམས་གསུམ་དུ་ལྟོག་པའི་གོལ་ས་ཆོད། འདི་ནས་ཀ་དག་གི་གནས་ལུགས་ཡེ་  
 རི་བཞིན་པ་རྟོགས་པ་ཡིན་ཡང་ད་དུང་ཕོ་ཁྱེད་མ་བསྐྱེད་ན་དག་པའི་ས་གསུམ་ལ་མ་  
 སྟེབས་པར་བྲལ་ཐོབ་དང་ལྟོག་པ་ལ་ཆོགས་མེད་པས་ཤེས་སྟེབ་དག་པའི་སྤྲད་དུ་དབེན་  
 པ་བསྟེན་དགོས། རྫོ་རུས་གཏུག་དགོས་ཕྱགས་རྫོགས་གཉིས་ཀའི་རྒྱུད་དང་མན་  
 ངག་ནས་རིག་པ་གཅིག་ཆོད་རང་གྲོལ་ལ་ས་ལམ་གྱི་རྣམ་གཞག་མ་གསུངས་ཀྱང་། སྟོན་  
 བྱེན་གྲུབ་ཐོབ་བྱང་རྒྱབ་སེམས་དཔའ་ཆེན་པོ་རྣམས་ཀྱིས་བསྟན་པ་རྫོགས་ཐོབ་ཀྱི་རིག་



བའི་ཕུལ་ཆེན་ཚོགས་པ་ལ་དགོངས་ནས། ཅེ་གཅིག་སྒྲིམ་བུལ་རོ་གཅིག་སྒྲིམ་མེད་  
 སོ་སོར་ཆེ་འབྲིང་ཆུང་གསུམ་གྱི་མིང་བཏགས་ནས་ས་ལམ་གྱི་དོད་པོ་བཅི་བར་མཛད་  
 པ་བཞིན་ནོ། །ལྷག་དོན་ཕྱི་རབས་པ་དག་སྒྲིམ་བུལ་མཆན་མ་ཅན་དུ་གོལ་བ་དང་། ཅེ་  
 གཅིག་ཆེན་པོའི་བག་ཆགས་ལ་སྒྲིམ་པ་ཉིན་མཆན་ཁ་སྒྱུར་དུ་སྒྲིམ་སེམས་སྒྱུ་བ་སོང་།  
 ཤེས་རབ་རྣམ་པ་གསུམ་གྱིས་བཏང་བར་བཅད་མོད། འདིས་མཆུངས་པར་མཐར་ཐུག་  
 གི་གྲོལ་གཞི་དང་གྲོལ་ས་ཁྱད་ཆོས་དུག་ལྡན་གྱི་ཀུན་རྟུ་བཟང་པོའི་དགོངས་པ་ངས་  
 བར་ཤེས་དགོས་པ་ནི་ཚོགས་ཆེན་གསང་བ་སྒྲིང་ཐིག་པའི་བུར་སྒྲུབ་དེ། གནད་འདི་  
 ལྟ་བུ་གོ་བར་བྱེད་པ་ལ་ཀུན་མཁྱེན་གློང་ཆེན་པའི་གསང་མཛོད་རྟོལ་དགོས་པས་ཕྱི་  
 རབས་སུ་དགོངས་བརྒྱད་གྱི་འཕོ་བ་ཐོབ་པའི་དོན་གྱི་རྣལ་འབྱེར་པ་རིམ་པར་བྱོན་པ་  
 དག་ལ། གློང་ཆེན་ནམ་མཁའི་རྣལ་འབྱེར་གྱི་ཁ་ཆེམས་སུ་བྲིས་ཤིང་ད་ལྟ་བའི་དམིག་  
 བསལ་དག་པའི་སྒྲིང་བ་ཅན་ཁྱབ་གདལ་ནམ་མཁའི་ཤེས་པས་བཅོན་བྲིས་སུ་བགྱིས་  
 པའོ། །སྒྲིང་བ་ནི་སྒྱུ་མེད་རིག་པ་ནི་ཡེ་གྲོལ། །ཤེས་པ་ནི་བཅད་ཐལ་བུང་འཇུག་ནི་  
 སྒྲི་བཏགས། །ཁྱབ་བཤལ་གྱི་དྲན་པ་བཅོ་མེད་དུ་ཆམ་ཆམ། །གདོང་འདེད་གྱི་སྒྲིང་  
 བ་ཅེར་གྲོལ་དུ་ཐལ་ཐལ། །བྲོགས་ལྟང་ནི་མི་འདུག་ཚོགས་ཆེན་གྱི་ལྟ་བ། །སྒྲིང་སྒྲིང་  
 དང་བུང་འཇུག་མིང་ཆོག་དང་ཐ་སྒྲུབ། །ཨ་རྟོ་ཡེ་སྒྲིམ་བུལ་ལ་སྒྲིམ་རྒྱ་ནི་མི་གདའ། །  
 ལྟ་མཁྱེགས་གྱི་རྟོ་གདན་འགྱུར་མེད་གྱི་གདོང་ཆེན། །རས་དཀར་གྱི་གྱུར་ཆུང་ལའོར་  
 བ་ཡི་འཛིགས་སྒྲིབས། །བཅོ་མེད་གྱི་མཆེད་ལུམ་རང་གྲོལ་གྱི་ཆོམ་བུ། །ཨ་རྟོ་ཡེ་  
 སྒྲིང་སེམས་ནི་སུ་འདྲ་ལས་བདེ་འདུག །ལྟ་སྒྲིམ་ལས་འདས་པ་ཚོགས་ཆེན་གྱི་རྣལ་  
 འབྱེར་། །བྱུང་རྒྱལ་གྱི་སྒྲིང་པ་ཆད་ལེབས་གྱི་རིག་མདངས། །སྒྲིང་ཉལ་གྱི་ངང་དུ་སྒྲིང་  
 སེམས་ཁོ་ཁྱལ་ཁྱལ། །རྟོན་གྲོལ་ཁོང་ཉམས་ལེན་གྱི་མཐར་ཐུག་རང་ཡིན་ནོ། །ཐབས་  
 ཤེས་གྱི་རྒྱང་པ་འདེགས་འཛོག་རྟུ་བསྒྱུར་ནས། །རི་སུལ་གྱི་དབེན་ཁྱོད་འབད་རྩལ་

གྱིས་སྟོགས་པས། །བྲག་སྒྱུབས་ཀྱི་བསྟེ་གནས་རྟོག་བྲལ་གྱི་གནས་སུ། །ནམ་མཁའི་  
 དང་རྣལ་འབྱོར་གྲོང་ཆེན་དང་མཇལ་ནས། །བྲགས་འབྱུང་གི་ཉམས་རྟོགས་རྒྱུ་གྱུ་  
 རུ་བྱངས་ཡོད། །ཡེ་གདངས་ལ་བདེ་སྤྱད་བྱང་དོར་ནི་མ་གྲུབ། །སྤང་བ་ཡི་རྩལ་སྤྱད་  
 རིག་སྟོང་གི་ཚད་དུ། །མཉམ་རྫོགས་སུ་ཐིམ་པ་ཀུན་བཟང་གི་དགོངས་གྲོང་། །ཆམ་  
 བརྟལ་གྱི་ཆོས་སྒྲུའི་རྒྱལ་སྤྱིད་དང་མཇལ་བྱུང་། །འདིར་འདུས་ཀྱི་སྐལ་ལྷན་མཆོད་  
 ལུ་མ་དེ་ཕོ་མོ། །འཁོར་བ་ལ་མ་ཞེན་འཛིན་མེད་ཀྱི་རིག་སྟོང་། །ཆམ་ཡངས་ཀྱི་རང་  
 གཤིས་ལྷག་པ་རུ་སྦྱོངས་དང་། །གདོད་མ་ཡི་གཞི་དབྱིངས་ལ་མཉམ་གྲོལ་དུ་ཆས་  
 འགོ། །ཞེས་དོ་རྗེ་སྤྱད་ཀར་ཀྱང་མིག་འབྱུལ་ལྷ་སུར་བཅུས་པའོ། །



༡༡། །མདོ་སྒྲགས་ཟུང་དུ་འཇུག་པའི་སྟོང་ཡུལ་  
ལམ་ཁྱེར་སངས་རྒྱས་ལམ་ཁྱེགས་  
ཞེས་བྱ་བ་བཞུགས་སོ།།

༡༡༡། །ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ལ་ཕྱག་འཆེལ་ལོ། །འདི་ལྟར་ཐར་པ་དང་ཐམས་  
ཅད་མཁྱེན་པའི་གོ་འཕང་དོན་དུ་གཉེར་བའི་གང་ཟག་དེས་ཆོགས་བསག་སྒྲིབ་སྦྱང་  
ཐབས་དུ་མའི་སྒོ་ནས་བྱ་དགོས་ལ། དེའི་བྱ་ཐབས་ནི་ཐམས་ཅད་མཁྱེན་པ་ཐབས་  
མཁས་ལ་ཐུགས་རྗེ་ཆེ་བའི་ཕྱིར་སྟོང་ལམ་གྱི་ཞེར་ཙམ་ལའང་དགོ་བ་དཔག་དུ་མེད་  
པ་བསག་ཐབས་བསྟན་པས་འདིར་འདུམས་ཏེ་སྟོང་མན་ལ་ཡན་པའི་ཕྱིར་བསྟན་པར་  
བྱའོ། །དེ་ལ་དང་པོར་སྤྱོད་གཉིད་ཁྱེད་གིས་སང་ཙམ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་  
མ་རིག་པ་ལས་སང་པར་གྱུར་ཅིག་སྟུམ་དུ་སེམས་བསྐྱེད། མལ་ལས་ལྷང་བ་ན་སེམས་  
ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་རྒྱས་གྱི་སྒྲུ་ཐོབ་པར་ཤོག་ཅིག་སྟུམ་པ་དང་། གོས་གྱོན་པའི་  
ཆོ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ངོ་ཆ་དང་ཁྱེད་ལྟོད་གྱི་གོས་གྱོན་པར་ཤོག་ཅིག་ སྐར་ལ་སྤྱུང་  
འཆིང་བ་ན་དགོ་བའི་རྩ་བ་ཟུང་དུ་འབྲེལ་བར་ཤོག་ཅིག་ སྟན་ལ་འདུག་པ་ན་དོ་རྗེའི་  
སྟན་ཐོབ་པར་ཤོག་ཅིག་ ཁང་པའི་ནང་དུ་འཇུག་པ་ན་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཐར་  
པའི་གྲོང་ཁྱེར་དུ་འཇུག་པར་ཤོག་ཅིག་ ཉལ་བའི་ཆོ་སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་སངས་  
རྒྱས་ཆོས་སྒྲུ་ཐོབ་པར་ཤོག་ཅིག་ མི་ལམ་མིས་པ་ན་ཆོས་ཐམས་ཅད་མི་ལམ་ལྟ་བུར་  
བདེན་མེད་དུ་རྟོགས་པར་ཤོག་ཅིག་ སྟོ་ཆ་གཡོ་སྟོ་ལ་གྱི་ཆོ་མེ་ལྟ་བུ་གྱིས་འབར་བ་  
དང་། མེ་དེ་ཉིད་གཤོད་ནས་ཡུམ་གོས་དཀར་མོའི་ངོ་བོ་ཡིན་ལ་ཡིན་པར་ངེས་ཤེས་  
བསྐྱེད། དེའི་གྲོང་དུ་ནམ་པ་རྒྱུ་ལས་ཟ་བྱེད་དོ་རྗེ་མཁའ་འགྲོ་སྐུ་མདོག་ནག་པོ་ཞལ་

[illegible]



མཐར་དེ་ཉིད་འོད་དུ་ཁུན་ས་བདུད་རྩི་རང་བཞིན་དུ་གྱུར་པར་བསམ་ལ་བྱས་དང་  
 རྒྱུ་ལ་བ་ལ་སོགས་པ་བྱ། གྲུང་ཆོག་ས་བ་བ་ན། ཡོ་བྱད་རྣམས་མདུན་དུ་བརྒྱར་ལ་དེ་  
 ཡང་རི་ལྟར་འདོད་པའི་ཡོན་ཏན་ལམ་དུ་བྱེར་བ་གསང་སྤགས་ཀྱི་འཕགས་ཆོས་ཡིན་  
 གྲུང་། རི་སྤྱིད་བསྐྱེད་ཆོག་ས་ཀྱི་རྣམས་པ་མངོན་དུ་གྱུར་པའམ། རྟོད་ཐོབ་པ་ཙམ་མ་  
 བྱུང་བར་ལ་ལྟ་བའི་ཕྱོགས་སུ་སྤྱོད་པ་ཤོར་བའི་དགོ་སྟོང་སྤྱིག་སྟོང་དང་། སྤྱོད་པའི་  
 ཕྱོགས་སུ་ལྟ་བ་ཤོར་བའི་ཨ་འཐས་མངོན་ཞེན་དུ་གོ་ལ་བའི་ལས་མི་བྱེད་པ་ཨོ་རྒྱན་  
 སངས་རྒྱས་གཉིས་པའི་དགོངས་པ་བྱན་མོང་མ་ཡིན་པས་འདི་ལྟར་ག་ཆང་ལ་སོགས་  
 པ་བ་རྒྱ་ཡོད་ན། ག་རེ་སྟོན་པ་སངས་རྒྱས་ཀྱི་བཀའ་ལས། ངས་ཤིན་པ་མེད་ཀྱི་སྤྱུ་ལྔ་འང་  
 མ་གནང་མི་གནང་གནང་བར་མི་འགྱུར་རོ། །ཞེས་དང་། དེང་ཕྱིན་ཆད་ངའི་ཉན་ཐོས་  
 རྣམས་ཤ་བཟའ་བར་མི་རུང་ངོ་། །ཞེས་བྲིམས་བསྒྲགས་པ་ཡིན་ནོ། །རྩི་རྩེ་ཐེག་པའི་  
 སྐབས་སུ་འང་ཉིང་དེ་འཛིན་ཀྱི་རྣམས་པ་མངོན་དུ་གྱུར་ནས་རང་ལ་སྤྱིབ་པས་མི་གོས་  
 ཤིང་། སེམས་ཅན་དེ་ལ་ག་ཐོག་གི་འབྲེལ་པས་ཕན་ཐོག་རྣམས་པ་ཡིན་ན་དང་གོ་  
 བཅད་། བདག་ལ་དེ་ལྟར་གྱི་གདེང་མི་འདུག སེམས་ཅན་ཐམས་ཅད་ཀྱི་པ་མ་  
 མ་བྱས་པ་མེད། ཤ་འདིའི་བདག་པོ་སྟོག་ཆགས་དེ་འཕགས་པ་ཀླ་ཏུ་ཡ་ནས་བསོད་  
 སྟོམས་ལ་ག་ཤེགས་པའི་ལོ་རྒྱས་ལྟར་སྤྱོད་པ་སྤྱི་མའི་པ་མ་ནི་ཡིན་པེས་ཏེ་ཡིན་ན་དེ་ལྟའི་  
 པ་མ་ལ་ཤན་པས་སྟོག་ལས་བྱས་པའི་ཤ་བྱིན་ན་བཟའ་བར་འདོད་དམ་སྟོང་རེ་རྩེ་སྟོམ་  
 དུ་བསམ་མཐོ་ཞིག་བཏང་ན་སྟོ་གཟུར་གནས་ཤིག་ཡིན་ཕྱིན་ཆད་སྟོང་རྩི་བུམ་བུམ་པ་  
 དང་སེམས་ཅན་དེ་ལ་སྟོང་རྩེ་དབང་མེད་དུ་མི་སྤྱོད་པའི་ཐབས་མེད། དེའི་ཆོ་བྱད་རྒྱུ་  
 ཀྱི་སེམས་མཆོན་ཉིད་དང་ལྟན་པ་མ་བྱུང་ཡང་རྩེས་མཐུན་ཞིག་པེས་པར་སྤྱོད་པས་དེ་ཁའི་  
 ཤེས་པ་ངར་མ་ཉམས་པས་ཀླ་ག་ནི་དང་། གཙུག་ཏོར་མའི་གཟུངས། བཏགས་གྲོལ་  
 གྱིས་ཡང་སྟོང་སོགས་ཅི་རྣམས་བསྒྲ། ཤ་ལ་ཐུས་འདེབས། དེ་ལ་དམིགས་ནས་སྟོན་

ལམ་དུག་པོ་གདབ། འདི་ལ་སྒྲིབ་ཉིད་ལས་འབྲས་སུ་གར་བ་ཟེར། དེ་མགོན་སྤྲུལ་སྤྲུལ་པ་ཁས་སྤྲུལ་ནས་ག་ཆར་བག་མེད་དུ་བ་དང་། བྱ་སྤྲུལ་ལས་བྱུང་བར་ག་ལ་  
 ཡོད། དེ་བཞིན་ཆར་ལ་རྩོམ་ཐེག་པའི་དམ་ཆོག་ཙམ་དུ་རོལ་བ་ལའང་། ཇོ་ལྷ་རྒྱུ་  
 ཉ་རྩི་རྩི་ཞེས་པས་བྱིན་གྱིས་མ་བརྒྱབས་པར་སྒྲུབ་པོ་མི་ནག་པ་ལྟར་འབྲུངས་ན་དམ་  
 ཆོག་དང་དངོས་གྲུབ་གཉིས་ཀ་ཉམས་པར་བཤད་དེ་སྒྲིབ་བྱུང་ལས། ཉ་གསུམ་ལ་  
 སྤྲུལ་དང་བྲལ་བར། ཅི་སྟེ་དམ་ཆོག་ཙན་གྱིས་འབྲུང་། །དེ་ནི་དུག་འགྱུར་ཐེ་ཆོམ་  
 མེད། །སྤྲུལ་གྱི་དངོས་གྲུབ་མི་འབྲུང་ངོ་། །ཞེས་གསུངས། མང་ཁྱེད་ཀྱང་བཟོད་  
 གང་ལས་མང་བར་མི་འབྲུངས། གལ་ཏེ་དེ་བས་མང་བར་འབྲུངས་ནས་སྒྲིབ་ན་དཔྱལ་  
 བ་དུ་འབོད་གྱི་གནས་སུ་སྒྲིབ་ཏེ། རྒྱུད་ལས། སུ་ཞིག་ཆར་གིས་སྒྲིབ་གྱུར་པ། །དེ་ལ་  
 གེགས་ནི་མང་པོ་འབྲུང་། །སྤྲུལ་པ་ཆར་གིས་སྒྲིབ་གྱུར་གང་། །དུ་འབོད་གནས་སུ་འཆོད་  
 བར་འགྱུར། །ཞེས་སོ། །འོ་ན་སྒྲིབ་དཔོན་པདྨ་དང་གྲུབ་ཐོབ་བེ་མེ་པ་སྤྲུལ་གྱིས་  
 ཆར་ཁལ་ལྟ་བུ་རྒྱུས་གཅིག་ལ་བཞེས་པ་མ་ཡིན་ནམ་སྟམ་ན། དེ་དག་ཆར་ཁལ་  
 ལྟ་བུ་རྒྱུས་བཟེ་བ་དང་ལྟ་ཅི་ངོམ་པ་ཙམ་ཡང་མ་བྱུང་པས་ཆར་རིན་མ་འཁྱོངས་པར་ཉི་  
 མ་རྩོད་ལ་མནན་པའི་ལོ་རྒྱུས་འདུག་པ་ལྟར་བྱེད་ཀྱང་དུག་ལ་རྩོམ་བས་གྱིས། ཉི་ཟླ་  
 བཅོམ་དུ་བཟུང་། རི་བོ་ཡན་ཚུན་བརྩེས། བམ་མཁར་འཕྱར་ནས་སོང་། སྒྲིབ་བརྟན་  
 པ་ལ་ཡན། སྒྲིབ་རྩོམ་ཐེག་པ་ལ་ཡན། དད་ལོག་སྤྲུང་བ་བསྒྱུར་རུས་པ་ཞིག་འོང་  
 བར་གདའ་སྟེ་བཀའ་དྲིན་ཆེ། དེ་ལྟ་མ་ཡིན་པར་སྒྲིབ་ཅིག་ལ་འདུ་ཤེས་འབྱུལ། སྤྲུལ་  
 རུལ་རྒྱུང་ཞུགས་པའི་སྒྲིབ་པ་ལྟར་ཅི་ཟེར་མང་། ཅི་བྱེད་མེད་པ་དེ་འདྲ་གྲུབ་ཉག་ཡིན་  
 ན་ངོ་མཆར་ཆེའོ། །དེ་སྒྲིབ་དུ་ལུང་ལས། སྤྲུལ་མ་ལྟ་བུ་བདོར་གྱུར་པའི་དུས། །གསང་  
 སྤྲུལ་དམ་རྩལ་ག་ཆར་ལ། །སྒྲིབ་དུ་རུང་བའི་བྱུངས་སྒྲིབ་ཏེ། །ཁྱིང་འཛིན་ཉམས་  
 གྱི་དྲོད་མེད་པར། །ཤ་བྲག་ཆར་ལ་ཐམས་ཅད་སྒྲིབ། །འདི་ཡང་དམ་ཆོག་མེད་དོ་



ཞེས། །ཆོས་བཞིན་སྟོང་ནམས་ཐབས་ཀྱིས་སྟོང་། །དེ་འདྲ་བསྟན་པའི་མཐའ་རུ་  
འབྱུང་། །ཀྱེ་མ་གྱི་དྲུང་དཔུལ་བ་ལས། །འགྲོ་ས་མེད་དོ་སྟོང་རེ་རྗེ། །ཞེས་བཤད་  
དོ། །དེའི་ཕྱིར་སྤང་དོར་དེ་དག་ངེས་པར་བྱས་ལ་བྱང་ཆུབ་བསྐྱབ་པའི་ལུས་རྟེན་ཆུང་  
མི་བཟང་དང་རྩི་རྩེ་ཐེག་པའི་དམ་ཆོག་ཆོགས་ཀྱི་ལའོར་ལོས་ལུས་དཀྱིལ་གྱི་ལའོར་ལོར་  
མཆོད་པའི་འདུན་པ་ལས་རྒྱགས་པ་དང་གཟི་བརྗེད་འཕེལ་བ་ལ་སོགས་པའི་ཆེད་དུ་མ་  
ཡིན་པར་དཀྱིལ་ལའོར་གསུམ་ལྟན་གྱི་ངང་། རྟོ་བཟའ་བཅའ་བདུང་བ་ཡང་དག་  
རྗེས། །གའོད་ནས་ཆོགས་ཀྱི་ལའོར་ལོ་ཆེ། །མེ་ལྷོ་རྩྱི་དང་རྟོ་རྩྱི་ལྷོ་ས། །ཟག་མེད་  
བདེ་ཆེན་བདུད་ཅིར་གྱུར། །བདག་ལུས་ལུང་ཁམས་སྟེ་མཆོད་ནི། །གདན་གསུམ་ཆང་  
བའི་ངོ་བོ་སྟེ། །དམ་པའི་རིགས་བརྒྱའི་དཀྱིལ་ལའོར་ལྟ། །འགྲུལ་བསྟོད་ཐམས་ཅད་  
བདེ་བ་ཆེ། །རྩི་རྩེ་དམ་ཆོག་སྤྲོ་ན་མེད། །བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་སྦྱོར་ཆེན་པོར། །གཉིས་  
མེད་མཉམ་པའི་ངང་དུ་རྩི། །རྣམ་འབྱོར་ལམ་གྱི་ཆོགས་རྩོགས་ནས། །ཟས་གྱི་  
སྦྱིབ་པར་མི་འགྱུར་ཞིང་། །གཏན་པ་མེད་པའི་སྦྱོར་བདག་གྱུང་། །ཐེག་ཆེན་འབྲས་  
བུར་སྟོང་པར་ཤོག། །ཅེས་བརྗེད་ནས་རྩི་རྩེ་ལུས་ཀྱི་དག་དྲན་འདི་ལྟར་ངེས་པར་བྱ་  
སྟེ། །རྣང་མཐིལ་རྒྱུང་། །སུམ་མདོ་མེ། །ལྟོ་བ་ཆུ། །སྟོང་ཁ་ས། །སྒྲུལ་ཆོག་རི་རབ། །མགོ་  
བོ་རི་རབ་གྱི་སྟོང་ཆ། །ལུས་ཀྱི་དཀྱིལ་ལའོར་མི་མཉམ་པ་མེད་པ་གྱུ་བཞི། །རྣང་བརྒྱུད་  
ཀ་བ་བརྒྱུད། །མིག་པར་རྩུ་རྩུ་བ། །སྒྲུ་ཕ་གྱུ། །སྤྲོ་བ་དྲ་ཕྱེད། །ལྟོ་མཆུ་འདོད་སྒྲུམ། །རྩ་  
བ་རྩ་བབས། །སྟོང་གའི་རྒྱུང་རྒྱུ་བའི་རྩ་བཞི་སྟོ་བཞི། །རྣམ་པར་ཤེས་པ་རྟེ་རུ་ཀ་  
ཆོགས་བརྒྱུད་ཀོ་རུ་རི་མ་བརྒྱུད། །ཡུལ་བརྒྱུད་ཕྱ་མེན་མ་བརྒྱུད། །རྟག་ཆང་ཕུ་བཞི་སྟོ་  
མ་བཞི། །སྒྲུལ་ཆོགས་ཉེར་བརྒྱུད་དབང་ཕྱུག་ཉི་ཤུ་རྩ་བརྒྱུད། །མི་དགོ་བ་བརྩུ་ཁྱོ་བོ་  
བརྩུ། །དགོ་བ་བརྩུ་ཁྱོ་མོ་བརྩུ། །ཅིབ་མ་བཅོ་བརྒྱུད་གིང་ཆེན་བཅོ་བརྒྱུད། །རུས་མགོ་  
སུམ་བརྒྱུ་དུག་རྩ་ཕོ་ཉ་སུམ་བརྒྱུ་དུག་རྩ། །དབང་པོའི་སྟོ་བདུན་མ་མོ་བདུན། །ལྟོ་ཆོགས་



བཅུ་གཉིས་བསྟན་མ་བཅུ་གཉིས། མདོར་ན་ལུས་ཅུའི་དགྱིལ་ལོར། ཅུ་ཡི་གཏི་  
 དགྱིལ་ལོར། ཁམས་བདུད་ཅུའི་དགྱིལ་ལོར། རྒྱུ་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་དགྱིལ་ལོར།  
 རིག་པ་བྱང་ཆུབ་སེམས་ཀྱི་དགྱིལ་ལོར་ཏེ་དགྱིལ་ལོར་རྣམ་པ་ལྡེའི་རང་བཞིན་དུ་  
 ཡེ་ནས་ལྟན་གྱུ་བ་ཏུ་མཆིས་པ་ལ། ལག་པའི་སྤར་མོ་ལྡེ་འདོད་ཡོན་གྱི་ལྡེ་མོ་ལྡེར་  
 ཤེས་པས་བཟའ་བཏུང་རྣམས་དབང་བཞིའི་དམ་ཆོག་དང་བསྟན་པ་ལམ། ཡང་ན་  
 ཐབས་ལམ་པ་ཡིན་ན་བདེ་སྟོང་གི་བདུད་ཅུ་གྲོལ་ལམ་པ་ཡིན་ན་ཟག་མེད་ཀྱི་བདུད་  
 ཅུར་བསམས་ལ་མཆོད་པ་འབུལ་བའི་ཚུལ་དུ་སྒྲིད་ཅིག་ཀྱང་མ་ཡོངས་པར་ལོངས་སྤྱད་  
 ར་བྱ་ཞིང་། རོ་ལ་ཁ་མངར་གྱི་རྟོག་པའང་མེད་པར་སྟོང་ཉིད་གསལ་བྱུང་ཅན་དུ་  
 ཤེས་པར་བྱ། ཚུལ་འདིའི་རིགས་པ་ནི་བཟའ་བཏུང་ཐམས་ཅད་ལ་བརྟེན་བར་བྱའོ། །  
 འོན་ཏེ་དེ་ཅུ་གོ་བའི་སྐལ་བ་དང་མི་ལྡན་པ་ལམ། གལ་ཏེ་ལྡན་ཀྱང་སྟེ་སྟོང་འཛིན་  
 པ་དང་བསྟན་ནས་སྟན་སྟུང་ཆོགས་པའི་ཡན་ལག་ཏུ་གྱུང་ཆོགས་ཀྱི་སྤར་རོལ་དུ་སྤྱད་  
 མཆོད་བྱེད་པར་སྟོན། ཁ་ཟས་དེ་ཉིད་ཨོྭ་ཨྭ་ཏྱི་གིས་བདུད་ཅུར་བྱིན་གྱིས་བསྐྱབས་  
 སྤྱད་དང་པོ་བཤོས་སུའི་ཚུལ་དུ་བྱས་པ་གྱུ་རུ་བཟླ་ནི་མི་ཉུ་ཨྭ་ཏྱི། ཞེས་སྒྲུ་མ་ལ་  
 དབུལ། རཏྲ་བཟླ་ནི་མི་ཉུ་ཨྭ་ཏྱི། དཀོན་མཆོག་སྟེ་ལ་དབུལ། ལོ་གི་ཤར་བཟླ་ནི་  
 མི་ཉུ་ཨྭ་ཏྱི། ཐུགས་རྗེ་ཆེན་པོ་ལ་དབུལ། ཨོྭ་ཨྭ་ཏྱི་བཟླ་གྱུ་རུ་དེ་མ་རྟུ་གྱི་ནི་བཟླ་ནི་  
 མི་ཉུ་ཨྭ་ཏྱི་གིས་རྩ་གསུམ་སྟེ་ལ་དབུལ། ཨོྭ་རི་ཏི་པརྟེ་ཨོྭ་ཁྱི་སྟུ་ཏྱི། ཞེས་པས་  
 འཕྲོག་མ་ལ་ཆང་སུ་གཅིག་བྱིན། ཨོྭ་རི་ཏི་པརྟེ་ཨོྭ་ཁྱི་སྟུ་ཏྱི། ཞེས་འཕྲོག་མའི་སུ་  
 ལྡེ་བརྟུ་ལ་ཆང་སུ་གཅིག་བྱིན། ཨོྭ་ཨྭ་གྲ་པརྟེ་ཨོྭ་སྟུ་སྟུ་ཏྱི། ཞེས་འབྱུང་པོ་སྤྱད་ལ་  
 དབང་བ་དག་ལ་ཆང་སུ་གཅིག་བྱིན། དེ་ནས་བཟའ་བའི་རྣལ་འབྱོར་དང་ལྡན་པས་  
 ལོངས་སྟོན་པ་ལམ། མི་རྣམས་ན་རང་ལུས་ལ་གནས་པའི་སྤོན་སུ་རྣམས་ལ་སྟོང་རྗེའི་  
 བསམ་པས་ད་ལྟ་ཟས་ཀྱིས་བསྐྱང་། མཐར་སངས་རྒྱལ་ནས་ཆོས་ཀྱིས་བསྐྱང་བའི་



འདུན་པས་རོལ་རྒྱུ་ལ། ལོ་ལྟོས་པའི་ལ་གི་བྱ་སྤྱོད་ཀྱི་ཁེས་འབྱུང་པོ་ལྟག་མ་ལ་དབང་  
བརྒྱུ་མས་ལ་ཆང་བྱ་གཅིག་གི་ཕྱིན་པར་བྱའོ། །དེ་ནས་ཁ་བཤལ་དེ། ཡོན་ཡོངས་སྤྱོད་  
བའི་གཟུངས་འདོན་པ་ནི། བཅོམ་ལྡན་འདས་དེ་བཞིན་གསེགས་པ་དག་བཅོམ་པ་  
ཡང་དག་པར་ཚོགས་པའི་སངས་རྒྱུས་ཀྱི་ནས་འོད་གྱི་རྒྱལ་པོ་མེ་འོད་རབ་ཏུ་གསལ་  
བ་ལ་བྱག་འཆལ་ལོ། །

སྒྲུང་ཡ། ཏུ་ཐ། བ་མོ་མཆོག་གི་ཡེ་ཀྱ་མ་ར་ཐུ་ཏ་ཡ་གྲོ་རྟེ་ས་ཏུ་ཡ་མ་ཏུ་ས་ཏུ་ཡ།  
མ་ཏུ་ག་རུ་ཆི་ག་ཡ་ཏུ་ཐུ་ཨོ་ནི་ར་ལ་མ་བེ་ནི་ར་ཐུ་སེ་ཇ་ཡེ་ཇ་ཡ་ལ་བ་རྟེ། མ་ཏུ་མ་  
ཏེ། དཀྲོ་དཀྲོ་རྩོ་བ་རི་ཤུ་ཏུ་ཡ་སྤྱ་གང་གིས་སྦྱོར་བ་གང་ལ་བཏང་། སྦྱོར་བ་རི་  
ལྟར་མི་རྟོག་པ། སྦྱོར་བ་མཉམ་པ་དེ་ཉིད་ཀྱིས། སྦྱོར་བ་དག་དེ་ལ་ཡོངས་ཆོག་ས་  
ཤོག། ཅེས་དང་ཤ་བོས་པའི་ཉེས་པ་བསལ་ཕྱིར་འཇམ་དཔལ་ཅུ་རྒྱད་ལས། བཤད་  
པའི་རིག་སྒྲུངས་ཨོ་ཨུ་རྟེ་ར་རྟེ་ཅ་ར་མོ། ཞེས་ཆར་བརྒྱ་ཅམ་བརྟེན་ཅིང་རུས་པ་ལ་  
རུས་གདབ། ངན་སོང་སྤྱག་བསྐལ་མི་འབྱུང་ཞིང་། དཀའ་བ་སྤྱད་པ་མེད་པར་ཡང་། །  
ལྟ་ལས་ལྟག་པའི་ལུས་ཐོབ་ནས། དེ་ཡང་སངས་རྒྱས་སྤྱར་ཐོབ་ཤོག། ཅེས་སྦྱོར་  
ལམ་གདབ། ཟག་པ་འདོར་བའི་ཆེ་མི་གཡོ་བ་དཀར་པོའི་རྒྱད་ནས་གསུངས་པའི་  
ཟག་པ་ལུས་སྦྱོར་བྱ་བ་ནི། མཆིལ་མ་ལ་ཨོ་ཨུ་ཤུ་ཨ་ཏེ་བྱ་སྤྱ་གྲ། སྤྱབས་ལ་ཨོ་  
སིང་ག་ན་ཨ་ཏེ་བྱ་སྤྱ་གྲ། ལུས་ཀྱི་དི་མ་སྦྱིར་ཨོ་མ་ལ་ཨ་ཏེ་བྱ་སྤྱ་གྲ། དི་ཆེན་  
ལ་ཨོ་རྟེ་ཏ་ཏེ་བྱ་སྤྱ་གྲ། དི་ཆུ་ལ་ཨོ་རུ་རུ་ཨ་ཏེ་བྱ་སྤྱ་གྲ། ལྟག་མའི་རིགས་སྦྱི་ལ།  
ཨོ་ཨུ་རྩོ་ཨ་ཏེ་བྱ་སྤྱ་གྲ། ཞེས་སོ་སོའི་རུས་གནད་དང་མཐུན་པར་བརྟེན་པས་ཡི་  
དུགས་རྣམས་ལ་ཞུ་བྱུང་གི་སྦྱོར་བ་རྒྱ་ཆེན་པོར་འགྱུར་རོ། །གཞན་ཡང་འགྱུར་  
སྤྱགས་བྱུང་པར་ཅན་ནི་མཆོད་རྟེན་ལ་སོགས་པར་སྒྲོར་བ་བྱེད་པའི་ཆོ། བ་མོ་རྟག་  
སྤྱ་ཏེ་རུ་གེ་རུ་ཇ་ཡ། ཏུ་ཐུ་ག་ཏུ་ཡ་ཨ་ཏེ་སྤྱག་སྒྲུང་ཡ། ཏུ་ཐ། ཨོ་རུ་



རྩྱེ་མ་དུ་རྩྱེ་རྩྱེ་བེ་ཇ་ཡ་སྤྱུ་ ཞེས་བཟློད་པས་སྒྲིབ་བ་གཅིག་བྱེ་བའི་གྲངས་སྤྱུ་  
 འབྱུར། གལ་ཏེ་ཉི་ཟླའི་བཀོད་སྒྲིབ་སྤྱེས་མཆོད་རྟེན་ལ་སྤྲུགས་པའི་གྲིབ་མར་  
 འགོ་མ་དགོས་ན་གྲིབ་མའི་འོག་ཏུ་འཇུག་ནས་དེ་ཉིད་བཏེཌ་པར་བསམ་ཞིང་། བཟླ་  
 བེ་ག་ཨ་ག་མ་རྩྱེ། ཞེས་བཟློད་པས་ཉེས་པ་སེལ་ལོ། །ཕྱག་བྱེད་པའི་ཆོ། ཞི་ན་མོ་  
 མཐུ་སྤྱི་ཡེ། བ་མ་སྤྱི་ཡེ། བ་མ་སྤྱི་ཡེ་སྤྱུ་ ཞེས་བཟློད་པས་འབྱུར་  
 སྤྲུགས་གོང་དང་འདྲ། དེ་བཞིན་དུ་མེ་ཏོག་འབུལ་ན། ཞི་ན་མོ་གྲག་མ་ཏེ་ཕྱེ་གོ་ཏུ་  
 རྩྱེ་ཇ་ཡ་ཏ་ཐ་ག་ཏ་ཡ་ཨ་རྩྱེ་ཏེ་སྤྲུག་སྤྱི་ཡེ་ཏུ་ཐ། ཞི་ཕྱེ་ཕྱེ་མ་དུ་ཕྱེ་ཕྱེ་  
 སྤྱེ་ཕྱེ་ཨ་རྩྱེ་མེ་ཕྱེ་སྤྱི་ཡེ་ཐ། ཕྱེ་ཨ་མ་གེ་ར་ཁི་སྤྱུ་ ཞེས་བདུན་བཟླས་ཏེ་སྤྲུ་  
 བས་ཕུལ་ན་མེ་ཏོག་ཇི་སྒྲིབ་ཕུལ་བ་དེ་སྒྲིབ་ཀྱི་མེ་ཏོག་བྱེ་བ་ཕུལ་བར་འབྱུར་རོ། །  
 གཞན་ཡང་སྤྱུ་གཉེར་བ་ལྟར་ལྟ་བཤོས་ལ་འབག་དགོས་ན་ཞི་དེ་མ་ཡ་ན་མ་ཁི་རྩྱེ་སྤྱུ་  
 ཏུ། ཞེས་བཟློད་པས་ཉེས་པ་མི་འབྱུང་ཞིང་། དངོས་གྲུབ་ཏུ་འབྱུར་བར་བཤད་དོ། །  
 དགོ་སྒྲིབ་སྤྱི་ཡེ་འབྱུར་སྤྲུགས། ཞི་སྤྱི་ཏུ་ར་སྤྱི་ཏུ་ར་བེ་མ་ན་ས་ར་མ་དུ་རྩྱེ་རྩྱེ་ཐཌ།  
 ཅེས་དང་། ཞི་རུ་ཅི་ར་མ་ཁི་ཕ་མ་རྩྱེ་ཡ་སྤྱུ་ ཞེས་བཟློད་ཅིང་དེ་ཐམས་ཅད་ལ་  
 དམིགས་པ་མེད་པའི་སེམས་བསྐྱེད་དང་། རྩྱེ་བསྐྱེད་བསྐྱེད་ལམ་གྱིས་ཅིས་ཟེན་  
 པར་གཅིས་སོ། །ཞེས་པའང་རྩྱེ་གསལ་ཆེན་པ་རང་བྱུང་རྩྱེ་རྩྱེ་གོ་བདེ་བར་བཟློད་  
 པའོ། །







ལྷ་ཅུང་གཞུང་ལས་དོ་དམ་ཁང་ནས་འགོམ་སྤེལ་བྱས།